

TAMPEREEN AMMATTIKORKEAKOULU
Tampere University of Applied Sciences

“UJOUS TUNTUU OLEVAN SUOMALAISTEN LEMPIHARRASTUS”

Maahanmuuttajien kokemuksia suomalaisten
asenteiden vaikutuksista heidän omaan
mielenterveyteensä

Hanna Koikkalainen

Opinnäytetyö
Maaliskuu 2010
Hoitotyön koulutusohjelma
Hoitotyön suuntautumisvaihtoehto
Tampereen ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu
Hoitotyön koulutusohjelma
Hoitotyön suuntautumisvaihtoehto

KOIKKALAINEN, HANNA:

"Ujous tuntuu olevan suomalaisten lempiharrastus" – Maahanmuuttajien kokemuksia suomalaisten asenteiden vaikutuksista heidän omaan mielenterveyteensä.

Opinnäytetyö 58 s., liitteet 9 s.
Maaliskuu 2010

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli kuvata maahanmuuttajien kokemuksia suomalaisten asenteista heitä kohtaan, maahanmuuttajien käsityksiä mielenterveydestä sekä kokemuksia siitä, miten nämä asenteet ovat vaikuttaneet heidän mielenterveyteensä. Opinnäytetyön tavoitteena oli saada tietoa maahanmuuttajien kokemuksista suomalaisten asenteista ja niiden vaikutuksista mielenterveyteen maahanmuuttajien hyvinvoinnin edistämiseksi. Opinnäytetyön tehtävät olivat millaisia kokemuksia maahanmuuttajilla on suomalaisten asenteista, miten maahanmuuttajat kuvaavat mielenterveyden ja miten maahanmuuttajat kokevat suomalaisten asenteiden vaikuttaneen omaan mielenterveyteensä.

Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisella tutkimusmenetelmällä. Aineistonkeruumenetelmänä käytettiin teemahaastattelua. Haastatteluun osallistui kolme maahanmuuttajaa SPR:n Tampurin toimipisteen kielikurssiryhmästä. Opinnäytetyön teoriaosuudessa avataan maahanmuuttaja-, mielenterveys- ja asennekäsitteet sekä käsitellään kulttuurien kohtaamista.

Tulosten mukaan maahanmuuttajat olivat kohdanneet paljon sekä positiivisia että negatiivisia asenteita. Hyväksynnällä, turvallisuudella, ystävällisyydellä, huomioinnilla ja avuliaisuudella oli positiivisia vaikutuksia mielenterveyteen. Auttamisen haluttomuus, palveluhaluttomuus sekä ennakkoluulot lisäsivät pelkoa, yksinäisyyttä ja syrjäytymistä vaikuttaen negatiivisesti mielenterveyteen.

Suomen kielen oppiminen on vaikeaa ellei tunne ja ole tekemisissä edes jonkun kanssa, joka puhuu suomea äidinkielenään. Kielitaidottomuus taas vaikeuttaa työnsaantia ja sopeutumista suomalaiseen yhteiskuntaan. Nämä asiat vaikuttavat eri tavoin heikentävästi mielenterveyteen. Tämän opinnäytetyön sekä aiempien tutkimusten perusteella maahanmuuttajien hyvinvointia voitaisiin edistää luomalla toimintaa, jossa valtaväestö ja maahanmuuttajat kohtaisivat toisensa.

Asiasanat: Maahanmuuttaja, mielenterveys, asenne.

ABSTRACT

Tampereen ammattikorkeakoulu
Tampere University of Applied Sciences
Degree programme in Health Care
The Option of Nursing

KOIKKALAINEN, HANNA:

"Shyness seems to be the favorite hobby of the Finns" – Immigrants' experiences in the attitudes of the Finns and how these attitudes affect their mental health.

Bachelor's thesis 58 pages., appendices 9 pages.
March 2010

The purpose of this thesis was to describe immigrants' experiences in the attitudes of the Finns towards them and how these attitudes may have affected their mental health. The aim of this thesis was to increase the knowledge in immigrants' experiences in the attitudes of the Finns to support the well-being of the immigrants.

The thesis is qualitative and the data was collected by using a theme interview. There were three immigrants from a Finnish language group, held by the Finnish Red Cross Tampuri office, participating in the interview. The theoretical part of this thesis handles following concepts: immigrant, mental health, attitude and cultural interaction.

According to the results of this thesis immigrants had experienced many attitudes both positive and negative. Acceptance, security, friendliness, considering and helpfulness were experienced to have positive effects on mental health. Unwillingness to help and serve and different kinds of prejudices increased fear, loneliness and alienation affecting negatively to mental health.

It is difficult to learn the Finnish language unless you know and interact with someone who speaks Finnish as his native language. The lack of language skills complicates getting a job and integrating in the Finnish society. According to this thesis and other studies the well-being of the immigrants can be increased by creating activities where the majority of the Finns and immigrants could meet and interact with each other.

Key words: Immigrant, mental health, attitude.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 TARKOITUS, TEHTÄVÄT JA TAVOITE	8
3 TEOREETTINEN LÄHTÖKOHTA	9
3.1 Maahanmuuttaja.....	9
3.2 Mielenterveys	10
3.3 Asenne	11
3.4 Kulttuurien kohtaaminen.....	13
4 MENETELMÄT	16
4.1 Kvalitatiivinen tutkimus	16
4.2 Aineiston keruu ja analysointi	16
5 TULOKSET	19
5.1 Positiiviset asenteet.....	19
5.1.1 Huomiointi.....	19
5.1.2 Hyväksyntä	20
5.1.3 Turvallisuus.....	20
5.1.4 Ystävällisyys	21
5.1.5 Avuliaisuus.....	22
5.2 Negatiiviset asenteet	22
5.2.1 Hyväksymättömyys	23
5.2.2 Auttamisen haluttomuus	23
5.2.3 Palveluhaluttomuus.....	24
5.2.4 Tietoa ei anneta	25
5.2.5 Tuomitseminen	26
5.2.6 Viha.....	26
5.2.7 Kanssakäymisen välttely.....	27
5.2.8 Pelko.....	28
5.2.9 Ennakkoluuloisuus	28

5.3 Mielenterveyttä edistäviä tekijöitä	29
5.3.1 Sosiaalinen kanssakäyminen	30
5.3.2 Läheiset ihmissuhteet	30
5.3.3 Turvallisuuden tunne	31
5.3.4 Vaikeudet vahvistavat ja opettavat	32
5.3.5 Keinoja ja toiveita mielenterveyden edistämiseksi	32
5.4 Mielenterveyttä heikentäviä tekijöitä	33
5.4.1 Yksinäisyys ja syrjäytyminen	34
5.4.2 Työttömyys	34
5.4.3 Pelko	35
5.4.4 Rasismi	36
5.4.5 Stressi	37
5.5 Suomalaisen asenteiden vaikutuksia maahanmuuttajien mielenterveyteen	37
5.5.1 Positiiviset vaikutukset	38
5.5.2 Negatiiviset vaikutukset	38
6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	40
6.1 Opinnäytetyön eettisyys	40
6.2 Opinnäytetyön luotettavuus	41
6.3 Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset	43
6.4 Kehittämisehdotukset	47
LÄHTEET	48
LIITTEET	50

1 JOHDANTO

Helsingin Sanomien maaliskuussa 2010 teettämän tutkimuksen mukaan lähes 60 prosenttia suomalaisista ei ottaisi lisää maahanmuuttajia Suomeen. Suomalaisten maahanmuuttoasenteet ovat kiristyneet vuodesta 2007 peräti 20 prosenttiyksikköä. Suurimpana syynä asenteiden tiukentumiseen pidetään taloudellista taantumaa. Maahanmuuttoasenteet ovat tiukentuneet jyrkästi myös aiempina lamakausina. Tutkijat toteavat myös yleisen maahanmuutto-keskustelun kärjistyneen ja muuttuneen epäasiallisemmaksi viime aikoina. (Elonen 2010.)

Vuoden 2009 lopussa Suomessa asui vakituisesti 155 660 ulkomaalaista. (Maahanmuuttovirasto 2010 a.) Lisäksi vuoden 2010 kahden ensimmäisen kuukauden aikana Suomesta haki turvapaikkaa yhteensä 690 ulkomaalaista henkilöä. (Maahanmuuttovirasto 2010 b.) Suomeen kohdistuva maahanmuutto on viime vuosina lisääntynyt. Suomeen muutetaan useista syistä, muun muassa työ- tai opiskelupaikan vuoksi, avioliiton takia tai humanitäärisistä syistä. Maahanmuuttajat ovat Suomessa toistaiseksi tai pysyvästi asuvia ulkomaalaisia tai paluumuuttajia. Mielenterveyshäiriöt ovat tavallisia maahanmuuttajien keskuudessa, erityisesti pakolais- ja turvapaikanhakijaryhmissä. Maahanmuuttajien on osoitettu käyttävän mielenterveyspalveluita muuta väestöä vähemmän. Myös maahanmuuttajien mielenterveyshäiriöiden tunnistamisessa ja hoidossa on havaittu olevan ongelmia. (Rauta 2005.)

Kiinnostuin tästä aiheesta viimeaikaisen julkisen maahanmuuttokeskustelun sekä arkielämän tilanteissa kohtaamieni asenteiden vuoksi. Esimerkiksi työelämässäni terveydenhuollon alalla olen kohdannut pääasiassa vain negatiivisia asenteita maahanmuuttajia kohtaan. Halusin selvittää millaisia asenteita maahanmuuttajat ovat kohdanneet suomalaisten taholta ja miten nämä asenteet ovat vaikuttaneet heidän mielenterveyteensä.

Suomi tulee muuttumaan tulevaisuudessa monikulttuurisemmaksi maaksi. Yhä useammat suomalaiset tulevat päivittäin kohtaamaan maahanmuuttajia niin naapureina kuin työtovereinakin. Tämän vuoksi molempinpuolisten ennakkoluulojen

murtaminen ja eri kulttuurien kunnioittaminen ovat hyvin tärkeitä asioita. Negatiivisten asenteiden vallitessa on vaikeaa rakentaa monikulttuurista yhteiskuntaa ja edistää maahanmuuttajien sopeutumista sekä hyvinvointia. Tämän opinnäytetyön tuloksia suomalaisten asenteista maahanmuuttajien kokemana voidaan käyttää maahanmuuttajatyön kehittämiseen sekä maahanmuuttajien hyvinvoinnin edistämiseen.

2 TARKOITUS, TEHTÄVÄT JA TAVOITE

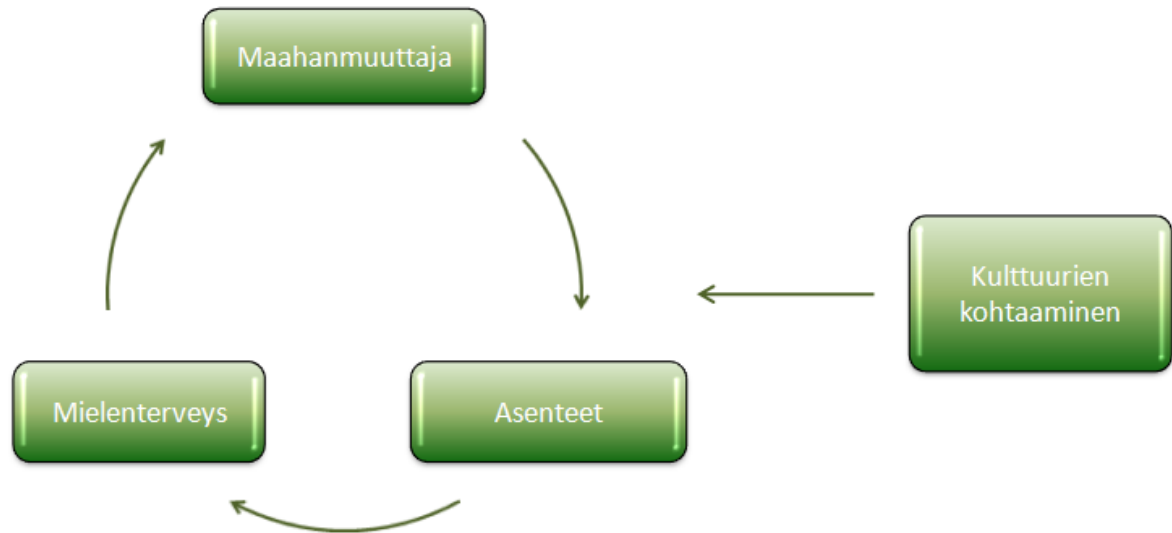
Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata maahanmuuttajien kokemuksia suomalais-ten asenteista heitä kohtaan, maahanmuuttajien käsityksiä mielenterveydestä sekä kokemuksia siitä, miten nämä asenteet ovat vaikuttaneet heidän mielenterveyteensä.

Tutkimustehtävät:

1. Millaisia kokemuksia maahanmuuttajilla on suomalaisten asenteista?
2. Miten maahanmuuttajat kuvaavat mielenterveyden?
3. Miten maahanmuuttajat kokevat suomalaisten asenteiden vaikuttaneen mielenterveyteensä?

Opinnäytetyön tavoitteena on saada tietoa maahanmuuttajien kokemuksista suomalaisten asenteista ja niiden vaikutuksista maahanmuuttajien mielenterveyteen. Tietoa voidaan käyttää Punaisen Ristin ja muiden tahojen maahanmuuttajatyön kehittämiseen sekä maahanmuuttajien hyvinvoinnin edistämiseen.

3 TEOREETTINEN LÄHTÖKOHTA



KUVIO 1. Teoreettinen lähtökohta

3.1 Maahanmuuttaja

Maahanmuuttaja on sanana moniselitteinen. Arkikielessä sillä tarkoitetaan yleisesti kaikkia Suomessa asuvia ulkomaalaissyntyisiä tai –taustaisia henkilöitä. Maahanmuuttajat eivät kuitenkaan ole heterogeeninen ryhmä, vaan maahanmuuton syyt ja kesto voivat vaihdella paljonkin. Yksinkertaisimmillaan maahanmuuttajalla tarkoitetaan Suomessa asuvaa henkilöä, joka on lähtöisin toisesta maasta. (Räty 2002, 11).

Maahanmuuttaja-käsite pitää sisällään joukon alakäsitteitä. Siirtolainen on henkilö, joka muuttaa maasta toiseen vapaaehtoisesti esimerkiksi työn tai perhesuhteiden takia. Paluumuuttaja on ulkomailla asunut henkilö, joka palaa pysyvästi Suomeen. YK:n pakolaissopimuksessa on määritelty pakolaisuuden kriteerit, jotka ovat käytössä kaikissa YK:n jäsenmaissa. YK:n mukaan pakolainen on henkilö, jolla on perusteltua aihetta pelätä joutuvansa kotimaassaan vainotuksi rodun, uskonnon, kan-

salaisuuden, tiettyyn yhteiskuntaryhmään kuulumisen tai poliittisen mielipiteen johdosta. Turvapaikanhakija on henkilö, joka on tullut Suomeen hakeakseen turvapaikkaa. Turvapaikanhakijasta tulee pakolainen, kun hänen hakemuksensa on käsitelty ja hän on saanut oleskeluluvan Suomeen. (Räty 2002, 11-20).

Opinnäytetyössäni tarkoitan maahanmuuttajalla ulkomaalaista, joka asuu pysyvästi tai toistaiseksi Suomessa. Haastattelemani maahanmuuttajat saattavat edustaa mitä tahansa edellä mainittua ryhmää.

3.2 Mielenterveys

Mielenterveys on erittäin subjektiivinen käsite. Jokaisella on siitä oma henkilökohtainen käsityksensä. Hyvän mielenterveyden omaava ihminen kykenee solmimaan itseä ja muita tyydyttäviä ihmissuhteita, tekemään mielekkääksi kokemiaan asioita (esimerkiksi työtä) ja nauttimaan niiden tuloksista. Hyvän mielenterveyden omaava henkilö pystyy käsittelemään rakentavasti elämän eteen tuomia ongelmia ja vaikeuksia. (Ojanen, Anttila, Lähdesmäki, Oksala & Paavilainen 2004, 97-99).

Freudin mukaan mielenterveys on kyky rakastaa, tehdä työtä ja toteuttaa itseään. Tätä määritelmää käytetään edelleen. Mielenterveyttä on määritelty myös oireiden puuttumisena. Siihen sisältyvät tasapainoiset tunnesuhteet sekä riittävä todellisuudentaju. Mieleltään terve ihminen hallitsee omaa elämäntilannettaan ja eteen tulevia ongelmia sekä kykenee ratkaisemaan niitä. Maailman terveysjärjestö (WHO) määrittelee mielenterveyden myös henkisen hyvinvoinnin tilaksi, jota fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset ominaisuudet säätelevät. Olennaisena osana mielenterveyttä on kyky tulla toimeen muiden kanssa ja kyky joustaa erilaisissa tilanteissa. (Lahti 1995, 25–26.)

Sohlman (2004) kuvaa tutkimuksessaan funktionaalisen mielenterveyden mallia. Malli muodostuu kuudesta osatekijästä, jotka ovat mielenterveys, kulttuuri, altistavat tekijät, laukaisevat tekijät, sosiaalinen konteksti ja seuraukset. Mielenterveyttä kuvataan mallissa käsitteellä positiivinen mielenterveys, joka esitetään mallissa

joukkona erilaisia psykologisia resursseja ja kykyjä. Funktionaalisen mielenterveyden mallissa kaikki osatekijät ovat jatkuvassa vuorovaikutuksessa keskenään, jolloin mielenterveyden prosessi näkyy jatkuvasti jokapäiväisissä kokemuksissamme ja vuorovaikutuksessamme toisten ihmisten, ympäristön sekä koko yhteiskunnan ja kulttuurin kanssa. (Sohlman 2004, 37-38). Kulttuuri tuottaa erilaisia malleja, miten ihmisten tulisi toimia ja millaisia sopeutumisen tapoja sekä rooleja suositaan. Kulttuuri välittää siten myös erilaisia odotuksia normaalista käyttäytymisestä, jolloin se vaikuttaa sekä ihmisten minäkuvan että maailmankuvan muodostumiseen. (Sohlman 2004, 42).

Tässä opinnäytetyössä haastateltavat määrittelivät itse, mitä mielenterveys heille tarkoittaa. He saivat itse kertoa, mitä asioita heidän mielestään hyvään mielenterveyteen kuuluu ja millaiset asiat vaikuttavat mielenterveyttä edistävästi ja millaiset taas heikentävästi.

3.3 Asenne

Asenteella tarkoitetaan yksilön kehittämää melko yhtenäistä ajattelu-, tuntemis- ja toimintataipumusta suhtautumisessa tiettyyn kohteeseen. Asenteella voidaan tarkoittaa myös jonkin sellaisen kohteen arviointia, josta yksilöllä on jo olemassa jokin käsitys. Asenne kohdistuu siis aina johonkin ja yksilöllä on asenteita myös itseään ja omaa käyttäytymistensä kohtaan. (Lahikainen & Pirttilä-Backman 2003, 90).

Asenteilla on suunta ja voimakkuus. Asenteet voivat olla perusluonteeltaan myönteisiä, neutraaleja tai kielteisiä, mutta esimerkiksi kielteisessä asenteessa voi olla myös myönteisiä vivahteita. Asenteet syntyvät omien kokemusten tai toisten kertomusten pohjalta. Asenteiden tehtävänä on auttaa yksilöä selittämään ja ymmärtämään maailmaa. Hyvin tiukat asenteet kuitenkin estävät yksilöä huomaamasta asioiden monipuolisuutta. (Lahikainen & Pirttilä-Backman 2003, 91-93.)

Asenteita voidaan ryhmitellä myös yksilön niille antamien funktioiden perusteella. Nämä funktiot eivät ole toisiaan poissulkevia vaan jollakin asenteella voi olla yksilölle useampia tehtäviä, jotka saattavat vaihdella ajan ja tilanteen myötä. Asenteet voidaan jakaa välineellisiin, egoa puolustaviin, arvoja ilmaiseviin ja tiedollisiin funktioihin. Välineellistä funktiota toteuttavat asenteet auttavat yksilöä saavuttamaan mahdollisimman paljon hyötyä. Tätä kutsutaankin myös asenteen hyötyfunktioiksi. Asenteiden egoa puolustavat funktiot voivat osaltaan tukea itsetuntoa. Niistä voi muodostua ihmiselle maailmankatsomus, joka suojaa todellisuudelta, puskuroi egoa ja palkitsee. Tällä funktiolla toimivat asenteet voivat vääristää ja muuttaa näkemyksiä muista ihmisistä ja tapahtumista. Asenteiden arvoja ilmaisevassa funktiossa asenteiden minäkäsitystä tukeva merkitys korostuu. Arvojen ja asenteiden ilmaisemisen sekä niissä pitäytymisen nähdään tuottavan yksilölle tyydytystä. Asenteiden tiedollisessa funktiossa ajatellaan asenteiden tekevän maailmaa ymmärrettävämmäksi. Tässä funktiossa toimivat asenteet auttavat järjestämään ja ennakoimaan asioita sekä antamaan yksilölle tunteen oman elämän hallinnasta. (Erwin 2005, 15-20.)

Jaakkolan (1999) tutkimuksen mukaan suomalaisten kielteiset ulkomaalaisasenteet ovat liittyneet sosioekonomisen uhan kokemiseen. Turvapaikanhakijoita on yleisesti suomalaisten keskuudessa pidetty yhtenä syynä työttömyyteen ja sosiaalimenojen kasvuun. Jaakkolan mukaan myös koulutus, kontaktit maahanmuuttajiin, ikä, sukupuoli, puoluekanta ja uskonnollisuus ovat asenteiden ja maahanmuuttajiin suhtautumisen taustatekijöitä. Korkeasti koulutetut pääkaupunkiseudulla asuvat nuoret aikuiset (18-39-vuotiaat) suhtautuvat muita myönteisemmin maahanmuuttajiin. Jaakkolan mukaan 38 prosenttia suomalaisista piti itseään erittäin tai melko rasistisina. Eniten rasistisia kannanottoja oli ihmisillä, joilla oli vähän koulutusta ja jotka eivät tunteneet maahanmuuttajia. Työperäiseen maahanmuuttoon suhtauduttiin suopeasti. Myönteisimmin suhtauduttiin ruotsalaisiin, inkerinsuomalaisiin ja yleisesti länsieurooppalaisiin maahanmuuttajiin. Kielteisimmin taas suhtauduttiin venäläisiin, somaleihin sekä Lähi-idän maista lähtöisin oleviin maahanmuuttajiin. Taloudellisen tilanteen heikentyessä myös maahanmuuttoasenteet muuttuivat jyrkemmiksi. Taloudellisen tilanteen kohentuessa myös maahanmuuttoasenteet lievenivät. (Jaakkola 1999, 185, 188.) Euroopan rasismin ja muukalaispelon seuran-

takeskuksen mukaan vuonna 2005 60 prosenttia suomalaisista vastusti maahanmuuttoa (Sainola-Rodriguez 2009, 58).

Pirkko Pitkänen ja Satu Kouki (1999) tutkivat viranomaisten asenteita maahanmuuttajia kohtaan. Puolet poliiseista ja noin kolmasosa työvoimaviranomaisista oli sitä mieltä, että pakolaisten elintaso on Suomessa liian korkea ja että suurin osa Suomeen tulleista ulkomaalaisista on tullut maahan käyttämään hyväkseen sosiaali-
lietuksiamme. Puolet poliiseista oli myös sitä mieltä, ettei pakolaisille tulisi suoda samaa elintasoa kuin suomalaisille. Pitkäsen mukaan suurin osa viranomaisista piti ensisijaisena tehtävänäään palvella suomalaisia asiakkaita. Maahanmuuttaja-asiakkaiden palvelu koettiin vastenmieliseksi etenkin, jos se vaati ylimääräistä aikaa tai ponnistelua. (Pitkänen & Kouki 1999, 114-118.) Pitkäsen (2006) tutkimuksessa viranomaiset näkivät maahanmuuttajat kulttuuria rikastuttavina, mutta myös yleistä järjestystä ja yhteiskuntarauhaa uhkaavina tekijöinä. Maahanmuuttajia pidettiin vaikeina asiakkaina ja ongelmia syntyi vuorovaikutuksen ja yhteistyön onnistumisessa. Eri ammattikuntien asenteiden välillä oli selkeitä eroja. Eniten kielteisiä kokemuksia oli poliiseilla ja rajavartiolla. Myönteisiä kokemuksia taas oli eniten opettajilla, sosiaalityöntekijöillä ja terveydenhuoltohenkilöstöllä. (Pitkänen 2006, 111-115.)

Tässä opinnäytetyössä asenteilla tarkoitetaan maahanmuuttajien eri tilanteissa kokemia asenteita Suomen valtaväestön taholta. Tarkoituksena oli kuvata sitä, miten suomalaisten asenteet ovat tulleet esiin erilaisissa tilanteissa, sen mukaan, miten haastateltavat niitä kuvasivat.

3.4 Kulttuurien kohtaaminen

Kulttuurille on olemassa useita eri määritelmiä. Puhuttaessa kulttuurien kohtaamisesta kulttuurilla kuitenkin tarkoitetaan laajemmin jonkin yhteisön piirissä omaksuttua elämäntapaa sekä maailman hahmottamisen ja mielekkääksi kokemisen tapaa. Kulttuuri on ihmisen tapa toimia, uskoa ja elää. Kulttuuri antaa yksilölle tulkintake-

hyksen, jonka kautta tarkastella maailmaa. (Räty 2002, 42.) Kulttuuri sisältää tietämyksen, uskomukset, lait, normit ja tavat, joita vaaditaan yhteisön jäseneltä. Kulttuuri on opittua. Tietyn kulttuurin jäseneksi kasvetaan. (Holland & Hogg 2001, 2-3.)

Maahanmuuttajaväestön lisääntyessä voidaan puhua yhteiskunnan monikulttuurisuudesta. Monikulttuurisessa yhteiskunnassa eri kulttuurien edustajat ja kulttuurit pyrkivät elämään tasa-arvoisessa asemassa keskenään, ollen vuorovaikutuksessa toistensa kanssa muodostaen toimivan, kaikkien yhteiskunnan jäsenien oikeuksia kunnioittavan kokonaisuuden. Kulttuurien välisen tasa-arvon osittainenkin toteutuminen vaatii paljon tukea ja poliittista tahtoa. Suomalaista yhteiskuntaa on rakennettu oletuksella siitä, että Suomi on yksikulttuurinen maa. Monikulttuurisuus merkitseekin poliittisena toimintana sitä, että yhteiskunnan palveluja kehitetään monikulttuurisuus huomioiden. Toiminnan tarkoituksena tulisi olla erilaisiin tarpeisiin vastaaminen, tasa-arvon edistäminen ja konfliktien ehkäiseminen. (Räty 2002, 46-48.) Mielenterveyspalveluita järjestettäessä on pyritty niin sanottuun ”värisokeaan” lähestymistapaan, jossa kaikkien kulttuurien edustajia kohdeltaisiin tasa-arvoisesti ja tämän vuoksi kaikkia hoidettaisiin saman kaavan mukaan. Käytännössä ”värisokeus” on usein kuitenkin johtanut kaikkien asiakkaiden kohteluun valtaväestön tarpeiden mukaisesti, jolloin tuloksena on paradoksaalisesti ollutkin kulttuurien välinen epätasa-arvo. (Holland & Hogg 2001, 94.)

Oman yhteisön toimintatavat ja arvot ovat jäsenilleen yleensä itsestäänselvyys. Kulttuurien kohdatessa yksilö vertaa omaa maailmaansa vieraan kulttuurin maailmaan. Tiedostamattomat asenteet toista kulttuuria kohtaan heijastuvat vuorovaikutukseen ja voivat aiheuttaa ongelmia ja vaikeuttaa kanssakäymistä eri kulttuurien edustajien välillä. Oman kulttuurin pitäminen standardina, eli etnosentrismi, voi olla yksi ongelmia tuottavista asenteista. Oman kulttuurin suunnaton ihannointi saattaa johtaa toisten kulttuurien väheksymiseen. Etnosentrinen ajatusmalli saattaa johtaa yltiöisänmaallisuuteen sekä piilevään rasismiin. (Schubert 2007, 29-30.) Kulttuurien kohtaamisen vaikutusta asenteisiin, maahanmuuttajiin ja maahanmuuttajien mielenterveyteen on havainnollistettu kuviossa opinnäytetyön teoreettisista lähtökohdista (KUVIO 1).

Sainola-Rodriguez (2009) toteaa hoitotyön osalta, että maahanmuuttajien kohtaamisen ja maahanmuuttajien kanssa työskentelyn edellytyksenä on, että terveydenhuoltohenkilöstön tulee tunnistaa oma kulttuurinen taustansa; oma etnosentrisyytensä, omat ennakko-oletuksensa ja –asenteensa ja tiedostaa niiden vaikutus monikulttuurisissa kohtaamisissa terveydenhuollossa. (Sainola-Rodriguez 2009, 25.) Sainola-Rodriguezin mukaan kulttuuristen taustatekijöiden ja kulttuuristen erojen tunteminen mielenterveystyössä on erityisen tärkeää, koska kulttuurista tulevat mallit ohjaavat näkemystä mielenterveyshäiriöiden syistä ja siitä, miten mielisairaus määritellään. Maahanmuuttaja itse on tärkein omaan terveyteensä ja sairauteensa liittyvien asioiden esiintuoja ja suomalainen hoitaja tai lääkäri on tärkein maahanmuuttajan terveydentilaan vaikuttava suomalainen asiantuntija. Sen vuoksi kohtaamisella on merkittävä vaikutus maahanmuuttajan tulevaan hyvinvointiin. (Sainola-Rodriguez 2009, 38, 35.)

4 MENETELMÄT

4.1 Kvalitatiivinen tutkimus

Tämä opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisella tutkimusmenetelmällä. Sillä pyrittiin kuvaamaan pienen joukon henkilökohtaisia kokemuksia ja käytettiin haastateltavia ihmisiä tiedon keruussa tiedonlähteinä. Kohdejoukko valittiin tarkoituksenmukaisesti ryhmästä maahanmuuttajia. Kvalitatiiviselle tutkimukselle tyypillisesti myös tutkimussuunnitelma muotoutui tutkimuksen edetessä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 156-160). Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä sopii tähän työhön, koska sen tarkoituksena oli kuvata maahanmuuttajien subjektiivisia kokemuksia suomalaisten asenteista, omasta mielenterveydestä sekä asenteiden vaikutuksista mielenterveyteen. (Tuomi & Sarajärvi 2006, 16-18).

4.2 Aineiston keruu ja analysointi

Aineisto tähän työhön kerättiin teemahaastattelulla. Haastateltavien kanssa keskusteltiin ennalta sovitusta teemoista melko vapaamuotoisesti ilman strukturoituja kysymyksiä (Eskola & Suoranta, 2001, 86). Teemahaastattelulle on ominaista, että jokin haastattelun näkökohta on lyöty lukkoon, mutta haastateltavalle annetaan tilaa tuottaa aineistoa. Esimerkiksi kysymysten muoto on kaikille sama, mutta kysymysten järjestystä voidaan vaihdella. (Hirsjärvi & Hurme 2004, 34-40).

Teemahaastattelun teemat nousivat suoraan tutkimustehtävistäni. Olen tehnyt teemahaastattelulleni rungon (Liite 1), joka on testattu kerran opiskeluryhmässäni. Haastattelussa keskusteltiin ennalta sovitusta teemoista vapaassa järjestyksessä. Rungossa olevia apukysymyksiä käytettiin vain teeman 2 osalta. Lisähaastetta työhöni toi haastateltavan ryhmän moninaisuus. Kukaan haastateltavista ei puhu-

nut suomea, joten kaikki haastattelut toteutettiin englanniksi samojen teemojen ja rungon mukaan.

Teemahaastattelulla kerätty aineisto analysoitiin sisällönanalyysillä. Se tehtiin aineistolähtöisesti eli induktiivisesti, tavoitteena tiivistää tutkimustulokset ja koostaa niistä mielekäs ja selkeä kokonaisuus. Haastattelut nauhoitettiin, jonka jälkeen ne aukikirjoitettiin tietokoneelle. Tämän jälkeen alkoi varsinainen sisällönanalyysi, jossa pyrittiin luokittelemaan aineistoa ja löytämään siitä kokonaisuuksia. Aineiston kokonaisuudet pelkistettiin ylä- ja alakategorioiksi. Alakategoriat yhdistettiin ja niistä muodostettiin yläkategorioita. Tämän jälkeen yläkategoriat voitiin tarvittaessa yhdistää ja muodostaa niistä aineistoa kokoavat käsitteet. (Tuomi & Sarajärvi 2006, 93–121). Jokainen tehtävä analysoitiin erikseen. Ensimmäinen ja toinen tehtävä analysoitiin alleviivaamalla aineistosta tehtävien kannalta olennaiset ilmaisut. Tämän jälkeen ilmaisut pelkistettiin ja luokiteltiin ala- ja yläkategorioihin. Pelkistystä tehdessä ilmaisut käännettiin englannista suomen kielelle. Kolmannen tehtävän osalta tarkasteltiin ensimmäisestä ja toisesta tehtävästä saatuja tuloksia. Maahanmuuttajien kokemuksia suomalaisten asenteista ja käsityksiä mielenterveydestä eli ensimmäisen ja toisen tehtävän alakategorioita tarkasteltiin rinnakkain. Tarkastelussa haettiin asennekokemuksista mielenterveyden osatekijöihin vaikuttavia tekijöitä. Tulosten tarkastelu keskenään sopi tähän kohtaan paremmin kuin perinteinen sisällönanalyysi, sillä ensimmäisen ja toisen tutkimustehtävän analyysissä olivat vastaukset valmiina kolmanteenkin tehtävään, yhdistelemällä ja pohtimalla jo saatuja tuloksia.

Tämä opinnäytetyö tehtiin yhteistyössä SPR:n Tampurin toimipisteen kanssa. Otin yhteyttä maahanmuuttajien kielikurssin opettajaan puhelimitse. Sovimme yhteisen ajan, jolloin kävin kertomassa kielikurssilaisille työstäni. Tätä tilaisuutta varten olin valmistanut tiedote-lomakkeet (Liite 2), jotka jaoin kaikille omiksi. Tein tiedote- ja suostumus-lomakkeet sekä suomeksi että englanniksi. Koska suomen kielisiä lomakkeita ei tarvittu, olen poistanut ne raportin liitteistä. Kerrottua opinnäytetyöstäni sovimme vapaaehtoisten osallistujien kanssa haastatteluajat erikseen. Haastattelin yhteensä kolmea maahanmuuttajaa, kutakin yhden kerran. Haastattelut

kestivät tunnista puoleentoista tuntiin. Saimme käyttää Tampurin tiloja haastatteluita varten.

Sisällönanalyysissa ensimmäisen tehtävän pääkategoriaksi muodostui maahanmuuttajien kokemuksia suomalaisten asenteista. Asenteet jakautuivat negatiivisten ja positiivisten asenteiden yläkategorioksi. Toisen tehtävän osalta pääkategoriaksi saatiin maahanmuuttajien käsityksiä mielenterveydestä. Pääkategoria jakautui mielenterveyttä edistävien tekijöiden ja mielenterveyttä heikentävien tekijöiden yläkategorioksi. Sisällönanalyysin vaiheet ovat taulukkomuodossa raportin loppupuolella. (Liite 4, Liite 5 ja Liite 6)

5 TULOKSET

5.1 Positiiviset asenteet

Maahanmuuttajat kokivat Suomessa ja suomalaisten asenteissa paljon sekä positiivista että negatiivista. Suomalaisten ujous ja hiljaisuus ihmetytti haastateltavia suuresti. Ujous ja hiljaisuus suomalaisten käytöksessä koettiin alkuun loukkaaviksi, mutta ne käsitettiin myöhemmin osaksi suomalaista kulttuuria. Osa haastateltavista oli osallistunut suomalaista elämää ja kulttuuria käsittelevälle kurssille, mistä oli ollut suuri hyöty suomalaisten käytöksen ymmärtämisen suhteen. Kaikki haastateltavat myös kokivat Suomen olevan hyvä ja turvallinen maa asua. Suomessa nähtiin mahdollisuus elää hyvää elämää, kunhan alkuvaikeudet, suurimpana niistä suomen kielen oppiminen, on voitettu. Positiivisia asenteita kuvattiin kokemuksilla huomiointista, hyväksynnästä, turvallisuudesta, ystävällisyydestä ja avuliaisuudesta. Näitä eritellään seuraavaksi tarkemmin.

5.1.1 Huomiointi

Maahanmuuttajat kokivat tulleetensa huomioituksi erilaisissa tilanteissa. Esimerkiksi poliisilaitoksella asiointi koettiin vaivattomaksi, sillä siellä huomioidaan maahanmuuttajien tarpeet erityisen hyvin. Poliisilaitoksella on tarjolla kokonaan englanninkielinen palvelupiste sekä kaikki tarvittavat lomakkeet käännettyinä eri kielille.

Englannin kielen puhuminen koettiin huomiointina. Erilaisissa arkipäivän tilanteissa, kommunikaatiossa suomalaisten kanssa, maahanmuuttajat kokivat huomiointina sen, että suomalainen puhui tai edes yritti puhua englantia. Englannin kielen puhuminen koettiin suomalaisen yrityksenä ymmärtää ja auttaa. Osa haastateltavista kertoi englannin kielen puhumisen olevan myös rentouttavaa. Suomalaisten koettiin näissä tilanteissa ottavan huomioon maahanmuuttajien erityiset tarpeet kielen osalta.

”Poliisilaitoksella asiointi on helppoa, sillä kaikki lomakkeet ovat saatavilla suomeksi ja englanniksi.”

”Sairaalassa kaikki puhuivat englantia ja minusta pidettiin hyvää huolta kuin vauvasta.”

5.1.2 Hyväksyntä

Haastateltavat kokivat, että suomalaiset hyväksyvät eri ihonvärit. Osa vastaajista oli aiemmin asunut maahanmuuttajana muissa Euroopan Unionin maissa. He kokivat suomalaisten hyväksyvän eri ihonvärit huomattavasti paremmin kuin aiempien asuinmaidensa kansalaisten. Maahanmuuttajat kertoivat, että Suomessa on helppo olla, verrattuna muihin maihin. Suomalaiset hyväksyvät helpommin eivätkä toimi juurikaan julkisesti rasistisesti.

”Täällä sinut hyväksytään aika helposti, vaikka oletkin musta.”

Maahanmuuttajat kokivat suomalaisten hyväksyvän myös eri uskontokunnat hyvin, paremmin kuin muissa Euroopan Unionin maissa. Osa haastateltavista toi esille, ettei Suomessa esimerkiksi katukuvassa näy eri uskontokuntien välisiä yhteenottoja. Suomalaisten koettiin hyväksyvän eri uskontokunnat ja näin antavan maahanmuuttajille vapauden harjoittaa omaa uskontoaan.

5.1.3 Turvallisuus

Maahanmuuttajat pitivät Suomea erittäin turvallisena maana. Yleisesti koettiin, että Suomessa vallitsee järjestys, joka luo turvallisuuden tunnetta kaikille kansalaisille. Suomalaisia pidettiin lainkuuliaisina sekä järjestystä vaalivina ja kunnioittavina ih-

misinä. Suomalaisen yhteiskunnan luoma turvallisuus koettiin miellyttävänä ja rentouttavana sekä yhtenä hyvän elämän tärkeimmistä asioista.

”Suomessa oloni aikana en kertaakaan ole nähnyt poliisia jahtaamassa rikollisia kadulla. Vitsailimme kavereiden kanssa, että Suomen poliisin tärkein työ on varmaan humalaisten poimiminen kaduilta.”

”Minusta on ihanaa nähdä, että pienetkin lapset voivat matkustaa yksin bussilla koulumatkansa. Joissakin muissa maissa tämä ei olisi mahdollista. Se tekee oloni miellyttäväksi ja turvalliseksi.”

5.1.4 Ystävällisyys

Maahanmuuttajat kokivat suomalaisten olevan ystävällisiä erilaisissa tilanteissa. Erityisen ystävälliseksi koettiin tervehtiminen esimerkiksi bussilla matkustettaessa ja kaupassa asioidessa. Osa haastateltavista koki saavansa aina hyvää palvelua asioidessaan ruokakaupassa. Osa taas koki saaneensa hyvää ja ystävällistä hoitoa käyttäessään terveydenhuollon palveluja. Ylipäänsä suomalaisten koettiin pohjimmiltaan olevan ystävällisiä maahanmuuttajia kohtaan. Suomalaisten ujous ja hiljaisuus nousivat tässäkin kohtaa ystävällisyyden ilmaisua rajoittaviksi tekijöiksi.

”Suomalaiset ovat ystävällisiä, mutta liian ujoja ottaakseen kontaktia. Minun on aina rikottava jää ja otettava kontaktia heihin.”

”Minulla on suomalaisia ystäviä, jotka auttavat minua ja tekevät kaikkensa, että minun olisi hyvä olla.”

5.1.5 Avuliaisuus

Maahanmuuttajat kokivat suomalaisten olevan jossakin määrin avuliaita heitä kohtaan. Osa haastateltavista koki suomalaisten auttavan lähes aina, mikäli hän tarvitsi apua. Esimerkiksi kadulla neuvottiin tietä ja ruokakaupassa asioidessa oltiin avuliaita. Muutkin haastateltavat kokivat avuliaisuutta suomalaisten taholta toisinaan. Tässäkin kohtaa suomalaisten ujous sekä molemmin puoleiset kieliongelmat nousivat esiin. Osa maahanmuuttajista koki, että suomalaiset kyllä haluaisivat auttaa, mutta he häpeävät englannin kielen puhumista tai eivät uskalla ujoutensa takia auttaa. Kaikki haastateltavat olivat olleet tällaisissa tilanteissa. Jokainen heistä koki joskus jääneensä vaille apua, tietoa ja ymmärrystä näistä syistä.

”Tunsin oloni äärimmäisen tervetulleeksi yliopistolla. Siellä minua autettiin kaikissa mahdollisissa asioissa ja minusta pidettiin hyvää huolta.”

5.2 Negatiiviset asenteet

Vaikka suomalaisia pidettiin yleisesti ystävällisinä, mukavina, mutta ujoina ihmisinä, maahanmuuttajat toivat esiin myös paljon negatiivisia asenteita heitä kohtaan. Kaikki haastateltavat olivat joutuneet erilaisiin ikäviin, hämmentäviin ja jopa pelottaviinkin tilanteisiin. Suomalaisten käytöksessä ja negatiivisissa asenteissa oli paljon tekijöitä, joita maahanmuuttajat eivät ymmärtäneet. Suomalaisten ujoutta ja hiljaisuutta, alkoholinkäyttöä sekä taipumusta vetäytyä syrjään ihmeteltiin. Kaikki haastateltavat kuitenkin kertoivat kunnioittavansa suomalaisia ja heidän toimintatapojaan, vaikka eivät välttämättä itse niitä ymmärtäneet tai hyväksyneet. Negatiivisia asenteita kuvattiin kokemuksilla hyväksymättömyydestä, haluttomuudesta auttaa, haluttomuudesta palvella, tiedon antamisen puutteista, tuomitsemisesta, vihasesta, haluttomuudesta olla tekemisissä maahanmuuttajien kanssa, pelosta sekä ennakkoluuloisuudesta. Seuraavassa eritellään näitä kokemuksia tarkemmin.

5.2.1 Hyväksymättömyys

Vaikka maahanmuuttajat kokivat hyväksyntää, nousi haastatteluissa esiin vahvasti myös hyväksynnän puute. Kaikki haastateltavat kokivat, ettei heitä hyväksytä helposti osaksi suomalaista yhteiskuntaa. Tämä asia ilmeni esimerkiksi työnhaussa sekä Kelan kanssa asioidessa. Maahanmuuttajat kokivat työnsaannin hyvin haasteelliseksi maahanmuuttajataustansa takia. Vaikka heillä oli korkea ja kansainvälisesti hyväksytty koulutus, silti suomalaisen työnhakijan koettiin menevän aina heidän edelleen. Maahanmuuttajat eivät kokeneet näin tulleen hyväksytyiksi osaksi suomalaista yhteiskuntaa.

Maahanmuuttajat kertoivat myös kohdanneensa hyväksynnän puutetta ihonvärinsä takia. Yleisesti suomalaisten koettiin käyttäytyvän hillitysti ja hyväksyvästi, mutta kaikki haastateltavat olivat myös törmänneet avoimeen rasistiseen nimitelyyn. Esimerkiksi kadulla liikkuesssa, Kelassa asioidessa sekä ravintolassa muut ihmiset olivat nimitelleet, haukkuneet ja jopa uhkailleet heitä heidän ihonvärinsä takia. Tällaiset kokemukset aiheuttivat maahanmuuttajissa tunteen, etteivät suomalaiset täysin hyväksy eri ihonvärejä. Osa haastateltavista kuvasi myös, etteivät suomalaiset hyväksy heidän valintaansa olla käyttämättä alkoholia. Suomalaisten alkoholikulttuuri ihmetytti kaikkia haastateltavia.

”Eräs nainen sanoi minulle kerran, että olen ensimmäinen musta ihminen, jonka hän hyväksyy. Samalla hän sanoi, että olen ensimmäinen ulkomaalainen, johon hän on tutustunut.”

5.2.2 Auttamisen haluttomuus

Osa haastateltavista koki saavansa lähes aina apua suomalaisilta sitä tarvitessaan. Silti kaikki haastateltavat kertoivat kokemuksista, joissa olivat jääneet vaille apua. Tyypillisin tilanne oli, että maahanmuuttaja pysäyttää kadulla jonkun kysyäk-

seen tietä, jolloin suomalainen ei joko vastaa mitään tai jopa juoksee karkuun. Selytykseksi tälle ilmiölle maahanmuuttajat epäilivät joko kielitaidon puutetta tai ujoutta. Tällaiset tilanteet saivat haastateltavat kuitenkin miettimään: Mikä minussa on vikana? Miksi minua ei haluta auttaa? Kaikki maahanmuuttajat kokivat jääneensä useita kertoja vaille apua ja neuvoja. Osa haastateltavista koki suomalaisten odottavan maahanmuuttajien pärjäävän omillaan eikä heitä tarvitse neuvoa.

”Menin kerran bussiin ja kuljettaja alkoi huutaa minulle jotakin suomeksi eikä suostunut ajamaan. Kaikki ihmiset vain tuijottivat minua eikä kukaan auttanut minua ja kääntänyt minulle, mitä kuljettajalla oli sanottavaa.”

”Jos yritän kysyä joltain neuvoa, useimmiten ihmiset juoksevat pois sanomatta sanaakaan.”

5.2.3 Palveluhaluttomuus

Maahanmuuttajat kokivat asiallisen palvelun puutteen eri virastoissa sekä kauppoissa ongelmalliseksi. Erityisesti Kelan ja sosiaalitoimiston haluttomuus palvella maahanmuuttajia herätti suurta ihmetystä ja kiukkua. Maahanmuuttajat kuvasivat Kelassa asiointin lähes mahdottomaksi ja hyvin turhauttavaksi, sillä Kelan antamat päätökset ovat kaikki suomenkielisiä eikä virastossa saa juuri koskaan englannin kielistä palvelua. Kelan palvelua kuvattiin myös tönkeytyneeksi. Maahanmuuttajat kokivat käsittämättömänä asiana sen, miksi Kela ei halua palvella englanniksi.

”Kelassa asiointi pelottaa. Sinne ei voi koskaan mennä yksin, koska siellä ei palvella englanniksi ja suomenkielisiä lomakkeita on mahdotonta täyttää.”

”Kaikki Kelan päätökset ja kirjeet tulevat suomeksi. Joka kerta minun on pakko lähteä itse paikan päälle. Siihen täytyy varata koko päivä aikaa.

Minua pompotellaan luukulta toiselle eikä juuri kukaan puhu englantia. Helpommalla pääsee, jos seisoo Kelan edustalla ja sattuu löytämään jonkun, joka voi kääntää kirjeen sinulle.”

Myös kaupoissa asioidessaan haastateltavat olivat kokeneet suomalaisten palvelun haluttomuutta. Osa haastateltavista kertoi pelkäävänsä kaupassa asiointia, mikäli myyjältä tarvitsee kysyä jotakin. Myös terveyskeskuksessa asioidessa osa haastateltavista oli kokenut, ettei heitä haluttu palvella. Puhelimessa asiointi koettiin mahdottomaksi, koska englantia ei haluttu puhua. Esimerkiksi lääkäriaajan varaamiseksi maahanmuuttajan täytyi joka kerta mennä henkilökohtaisesti paikan päälle terveyskeskukseen.

5.2.4 Tietoa ei anneta

Maahanmuuttajat kokivat jäävänsä vaille tietoa monissa eri tilanteissa. Haastateltavista osa kertoi, ettei heillä olisi minkäänlaista tietoa saatavilla olevista etuuksista ja palveluista itselleen ja perheilleen ellei heillä olisi muita maahanmuuttajia ystävinä. Internet-sivujen kerrottiin usein olevan vain suomen- ja ruotsinkielisiä, samoin erilaisten esitteiden ja lehtisten. Ainoana tiedon lähteenä pidettiin muita samassa tilanteessa olevia maahanmuuttajia. Osa haastateltavista toi esille huolensa siitä, miten käy maahanmuuttajan, jolla ei ole minkäänlaista sosiaalista verkostoa. Maahanmuuttajat kokivat tiedon puutteen ongelmalliseksi ja kokivat sen vaikuttavan haitallisesti sopeutumiseen ja elämiseen Suomessa. Tietoa kaivattiin myös erilaisista kursseista ja toimintamahdollisuuksista. Osa maahanmuuttajista liitti tiedon puutteen syrjäytymisen vaaraan. Toinen osa taas kuvasi jäävänsä helposti neljän seinän sisään, koska heillä ei ollut tarvittavaa tietoa siitä, minne he voisivat mennä ja millaisia tapahtumia tai kursseja olisi tarjolla.

”Suurin osa nettisivuista on suomenkielisiä. Jollei minulla olisi muita maahanmuuttajia ystävinä, en olisi tietoinen etuuksista, mihin minulla ja perheelläni on oikeus.”

”En saa tarpeeksi tietoa lääkäreiltä ellen kysy itse. Yleensä he kirjoittavat vaan reseptin enkä edes tiedä, mitä lääkettä se on.”

5.2.5 Tuomitseminen

Maahanmuuttajat kokivat suomalaisten tuomitsevan heidät eri perustein. Kaikki maahanmuuttajat kokivat, että suomalaiset tuomitsevat toisinaan ulkonäön perusteella. Erityisesti lasten ja vanhusten koettiin tekevän näin. Tämä ilmeni lähinnä osoitteluna ja tuijotteluna, mutta toisinaan myös nimittelynä ja huuteluna. Osa haastateltavista kertoi myös humalaisten suomalaisten toimivan välillä samoin. Osa maahanmuuttajista pohti, että suomalaiset tuomitsevat herkästi oman yhteiskunnan ulkopuolelta tulevat ihmiset. Syyksi tähän epäiltiin tiedon puutetta ja haluttomuutta tutustua ja ottaa selvää eri kulttuureista. Valtaosan suomalaisista koettiin tuomitsevan eri maista tulevat ihmiset ja eri kulttuurit yleisesti. Maahanmuuttaja-taustan ja ulkonäön perusteella tuomitseminen koettiin epäreiluksi ja surua aiheuttavaksi.

”Täällä (Suomessa) tuomitaan yhteiskunnan ulkopuolelta tulevat ihmiset helposti, sen suuremmin asiaa ajattelematta.”

5.2.6 Viha

Osa maahanmuuttajista kertoi kokeneensa vihaa suomalaisten taholta. Vihamielisten asenteiden syytä ihmeteltiin suuresti. Maahanmuuttajat kokivat, että suomalaiset vihaavat toisinaan ulkomaalaisia ilman mitään sen kummempaa syytä. Ulkomaalaisvihaa pidettiin osan suomalaisista tapana.

”Monet suomalaiset sanovat vihaavansa ulkomaalaisia, mutta monet heistä eivät edes tunne ketään ulkomaalaista tai halua tutustua heihin.”

”Monet suomalaiset vihaavat maahanmuuttajia, koska muutkin tekevät niin.”

5.2.7 Kanssakäymisen välttely

Kaikki haastateltavat kokivat suomalaisten välttelevän kanssakäymistä maahanmuuttajien kanssa. Kaikki kertoivat, etteivät suomalaiset koskaan ota kontaktia heihin vaan heidän on aina tehtävä aloite, ”rikottava jää”. Suomalaisten kerrottiin joskus harvoin tulevan oma-aloitteisesti juttelemaan maahanmuuttajille, mutta silloin suomalaiset olivat olleet joka kerralla humalassa. Alkoholin koettiin olevan ratkaisevassa roolissa suomalaisten kanssa ystäväystymisessä. Selvin päin ollessaan suomalaisten koettiin vetäytyvän syrjään ja olevan hyvin vaikeasti lähestyttävissä. Osa haastateltavista kertoi myös naapureiden välttelevän kontaktia. Monet naapurit eivät edes vastanneet tervehdyksiin. Suomalaisten hiljaisuus ja ujous nousivat vahvasti esiin myös tässä kohtaa. Toisaalta osa vastaajista kuvasi myös, että jotkut suomalaiset ovat hyvin kiinnostuneita maahanmuuttajista ja loput taas eivät ole lainkaan kiinnostuneita. Minkäänlaista välimuotoa ei osan vastaajista mukaan ollut.

”Alkuaikoina yritin tutustua suomalaisiin, mutta se oli hyvin vaikeaa, koska suomalaiset ovat hiljaisia eivätkä puhu sinulle mitään ennen kuin tulevat vähän humalaan.”

”Suomalaiset eivät koskaan tule juttelemaan minulle, kun olen yksin. Minun on aina tehtävä aloite.”

5.2.8 Pelko

Osa vastaajista koki suomalaisten pelkäävän maahanmuuttajia. Syitä tähän vastaajat pohtivat paljon, mutta mitään varsinaista yhtä isoa tekijää ei keksitty. Haastateltavat arvelivat suomalaisten pelkäävän maahanmuuttajia, koska monet heistä eivät tunne yhtään maahanmuuttajaa. Haastateltavat epäilivät tietämättömyyden lisäävän suomalaisten pelkoja. Haastateltavat epäilivät myös taloudellisen taantumman lisäävän suomalaisten pelkoja. Suomalaisten arveltiin pelkäävän esimerkiksi maahanmuuttajien vievän heidän työpaikkansa. Myös suomalaisten ujouden ja hiljaisuuden arveltiin vaikuttavan pelkojen syntyyn.

”Luulen, että suomalaiset eivät tiedä paljon eri kulttuureista ja pelkäävät siksi maahanmuuttajia.”

5.2.9 Ennakkoluuloisuus

Maahanmuuttajat toivat esille paljon kokemiaan suomalaisten ennakkoluuloja heitä kohtaan sekä negatiivisia käsityksiä heistä. Kaikki maahanmuuttajat kuvasivat suomalaisten pitävän heitä laiskoina ja haluttomina työntekoon. Tämä harmitti haastateltavia kovasti, sillä kaikki heistä halusivat kovasti tehdä töitä ja työttömyys koettiin epämiellyttäväksi. Kielitaito koettiin suurimmaksi työnsaannin esteeksi. Kaikki haastateltavat yrittivät kielitaidon puutteellisuuksista huolimatta jatkuvasti hakea töitä. Maahanmuuttajat kokivat myös, että suomalaiset pitävät heitä yleisesti huonoina työntekijöinä. Tämän seikan koettiin myös vaikeuttavan työnhakua.

Haastateltavat kuvasivat myös suomalaisten pitävän heitä tyhminä ja oppimattomina. Osa haastateltavista oli ollut tilanteissa, joissa suomalaiset olivat maahanmuuttajien kysyessä neuvoa vähätelleet heidän älyllisiä lahjojaan ja haukkuneet heitä tyhmiksi. Molemmipuolisen kielitaidon puutteellisuuden ja suomalaisten tietämättömyyden eri kulttuureista arveltiin olevan syynä näihin asenteisiin.

Maahanmuuttajat kertoivat kokeneensa suomalaisten pitävän heitä itseään vähempi arvoisina. Osa haastateltavista koki, etteivät suomalaiset arvosta maahanmuuttajia tasavertaisina ihmisinä lainkaan. Koettiin, että suomalaisten mielestä maahanmuuttajat eivät ole oikeutettuja koulutustaan vastaavaan työpaikkaan tai esimerkiksi erilaisiin sosiaali-etuuksiin. Koettiin myös, että suomalaiset odottavat maahanmuuttajien pärjäävän omillaan sekä verkostoituvan keskenään. Maahanmuuttajat kokivat suomalaisten toivovan heidän pysyttelevän ”poissa silmistä”.

Osa maahanmuuttajista koki tulleen kohdelluksi rikollisen lailla maahanmuuttaja-taustansa takia, jopa Suomen viranomaisten taholta. Osa haastateltavista kuvasi, kuinka suomalaiset eri tilanteissa epäilivät maahanmuuttajia varkaiksi ja esimerkiksi heidän matkustusasiakirjojaan väärennetyiksi. Kerrottiin myös, kuinka suomalaisten koettiin pitävän kaikkia maahanmuuttajia pahoina ihmisinä. Suomalaisten koettiin epäilevän myös monikulttuuristen avioliittojen tarkoituksperiä. Vastajat kokivat suomalaisten uskovan, että maahanmuuttajat menevät suomalaisten kanssa naimisiin vain rahan, materian ja paremman elämän, ei rakkauden, takia. Suomalaisten koettiin ajattelevan, että ulkomaalaiset miehet huijaavat suomalaisnaisia kanssaan naimisiin.

”En tiedä, miksi Suomessa kuvitellaan ulkomaalaisten olevan pahoja ihmisiä.”

”En voi muuttaa suomalaisten suhtautumista ulkomaalaisiin, mutta voin omalla käytökselläni osoittaa, ettemme me kaikki ole niin pahoja kuin he kuvittelevat.”

5.3 Mielenterveyttä edistäviä tekijöitä

Haastattelun toinen teema käsitteli maahanmuuttajien käsityksiä mielenterveydestä. Mielenterveyteen ei löydetty mitään tyhjentävää määritelmää, vaan haastateltavat pohtivat kysymystä eri näkökulmista. Vastaukset painottuivat käsityksiin omas-

ta mielenterveydestä. Kysymystä pohdittiin miettimällä, millaiset asiat tekevät onnelliseksi ja millaiset taas surulliseksi. Pohdittiin myös, millaisista asioista hyvä mielenterveys ja henkinen hyvinvointi koostuvat ja millaiset asiat heikentävät tai estävät henkisen hyvinvoinnin kokemista. Haastateltavat kuvasivat sosiaalisen kanssakäymisen, läheisten ihmissuhteiden, turvallisuuden tunteen sekä vaikeuksien vahvistavan ja edistävän mielenterveyttä. Haastateltavat toivat esiin myös toiveitaan mielenterveyden edistämiseksi. Näitä mielenterveyttä edistäviä tekijöitä kuvataan seuraavassa tarkemmin.

5.3.1 Sosiaalinen kanssakäyminen

Haastateltavat toivat vahvasti esiin sosiaalisen kanssakäymisen merkityksen tärkeyden oman hyvinvoinnin kannalta. Ajatusten ja kokemusten vaihtaminen toisten ihmisten kanssa koettiin tärkeäksi. Myös toisten ihmisten kuunteleminen ja pyrkimys ymmärtää muita ihmisiä ja heidän näkemyksiään koettiin mielenterveyttä edistävänä tekijänä. Haastateltavat kuvasivat, miten omien ongelmien jakaminen toisten ihmisten kanssa helpottaa omaa taakkaa ja huolta, edistäen näin mielenterveyttä. Sosiaalisen kanssakäymisen puute yhdistettiin syrjäytymiseen, mikä koettiin mielenterveyttä heikentävänä tekijänä. Haastateltavat toivat esiin myös huolensa ihmisistä, joilla ei ole ketään, kenen kanssa jakaa asioita.

”Keskusteleminen ja ongelmista puhuminen muiden ihmisten kanssa helpottaa omaa oloa. Joillakin ei ole ketään, keneltä kysyä apua. He sulkeutuvat ja jäävät yksin ongelmineen.”

5.3.2 Läheiset ihmissuhteet

Kaikki haastateltavat kuvasivat läheiset ja hyvät välit omiin perheenjäseniin ja muihin läheisiin hyvin tärkeiksi. Läheisten ihmisten huolenpito ja välittäminen koettiin mielenterveyttä edistävänä tekijänä, samoin kuin läheisistä ihmisistä välittäminen.

Yhteenkuuluvuuden tunteen kuvattiin näin lisääntyvän. Oma puoliso, perhe sekä ystävät koettiin hyvinvointia ja onnellisuutta lisäävinä henkilöinä. Vaikka toisinaan esimerkiksi puolison kanssa riitelyn koettiin aiheuttavan myös surua, koettiin parisuhteen kuitenkin pääasiassa lisäävän huomattavasti onnellisuutta elämässä. Läheisten ihmissuhteiden vaaliminen ja hoitaminen koettiin erityisen tärkeinä. Läheisten apu ja tuki nähtiin myös mielenterveyttä edistävänä asiana.

” Olen erittäin onnellinen siitä, että tiedän, että kotona on joku, joka todella rakastaa minua. Läheiset ihmiset välittävät ja pitävät minusta huolta. On hienoa tuntea olevansa osa tätä juttua eikä aina ulkopuolinen.”

”Ystäväni ovat minulle tärkeitä ja he auttavat minua kaikessa mahdollisessa. On myös tärkeää itse olla hyvä ystävä muille.”

5.3.3 Turvallisuuden tunne

Turvallisuuden tunne nähtiin hyvinvointia ja mielenterveyttä edistävänä tekijänä. Osalla haastateltavista oli taustalla kokemuksia, jolloin turvallisuuden tunne oli ollut uhattuna. Osa oli ajoittain kokenut jatkuvaa pelkoa. Elämisen Suomessa koettiin lisäävään turvallisuuden tunnetta. Turvallisuuden koettiin tuovan onnea ja vapautta elämään. Näiden asioiden koettiin lisäävän voimavaroja ja kykyä selviytyä erilaisista arjen tilanteista. Osa vastaajista kuvasi myös kielitaidon lisäävän turvallisuutta ja kykyä saada apua tarvittaessa. Turvallisuuden tunne koettiin yhtenä hyvän mielen terveyden peruspilareista.

”On hienoa, että Suomi on niin turvallinen maa. Minun on turvallinen ja miellyttävä olla. Se auttaa jaksamaan.”

”Se on onnea, kun voi aamuisin herätä ja tietää olevansa turvassa. Täällä ei tarvitse pelätä mitään. Minä olen vapaa ja turvassa.”

5.3.4 Vaikeudet vahvistavat ja opettavat

Kaikki haastateltavat olivat törmänneet monenlaisiin vaikeuksiin ollessaan maahanmuuttajina Suomessa ja muissa Euroopan Unionin maissa. Vaikeita elämäntilanteita olivat aiheuttaneet muun muassa kielitaidottomuus, työttömyys sekä rasismi erilaisissa yhteyksissä. Kaikkien yhteinen kokemus oli kuitenkin, että vaikeuksien voittaminen johtaa henkiseen kasvuun ja oman identiteetin vahvistumiseen. Vaikeuksien koettiin opettavan uusia asioita sekä itsestä että muista ihmisistä. Vaikeiden elämäntilanteiden läpikäyminen lisäsi onnistumisen tunnetta. Vaikeuksien kautta saavutettuja asioita osattiin myös arvostaa enemmän.

”Pidän vaikeuksien ja haasteiden kohtaamisesta. Ne vahvistavat minua. Jos kaiken saa aina helposti, ei opi arvostamaan tarpeeksi elämän tärkeitä ja hyviä asioita.”

”Kun on selvinnyt suurten vaikeuksien yli, voi jatkaa elämää entistä vahvempana. Vaikeuksien jälkeen kasvoin vahvemmaksi ja opin tuntemaan ihmisluontoa paremmin.”

5.3.5 Keinoja ja toiveita mielenterveyden edistämiseksi

Haastateltavat kuvasivat näkemyksiään henkilökohtaisista ominaisuuksistaan, jotka he kokivat mielenterveyttä edistävinä. Oma määrätietoisuus ja peräänantamattomuus koettiin ominaisuuksina, jotka auttavat selviytymään vaikeissakin elämäntilanteissa. Näiden ominaisuuksien koettiin auttavan esimerkiksi avun saamisessa ja tavoitteiden saavuttamisessa vaikeuksista huolimatta. Vahvaa itsetuntoa pidettiin myös yhtenä hyvän mielenterveyden tärkeimmistä tekijöistä. Määrätietoisuus, lainkuuliaisuus sekä vahva itsetunto nähtiin omaa identiteettiä vahvistavina tekijöinä. Avoimuudella ja avarakatseisuudella nähtiin yhteys positiiviseen suhtautumiseen elämässä. Koettiin, että näiden ominaisuuksien avulla monia asioita kyettiin näke-

mään useista eri näkökulmista. Kokemus oman elämän hallinnasta sekä vaikutusmahdollisuuksista omaan elämään koettiin mielenterveyttä edistävinä asioina. Tämän koettiin lisäävän myös turvallisuuden tunnetta sekä järjestystä elämään. Myös omasta fyysisestä kunnosta huolehtimisen, stressittömän olon sekä yhteenkuuluvuuden tunteen koettiin edistävän mielenterveyttä.

”Minä uskon, mihin uskon. Kerron, jos jokin asia ei miellytä minua, pyrin keskustelemaan siitä sivistyneesti ja vaihtamaan mielipiteitä, ymmärtämään toista.”

”Kun tiedän toimivani hyvällä tarkoituksella enkä halua mitään pahaa kenellekään, voin huoletta olla välittämättä asiattomista kommentteista.”

Kaikkien haastateltavien suurin unelma oli koulutusta vastaavan työpaikan löytäminen. Työpaikan ja työn teon koettiin lisäävän hyvinvointia. Kielitaidon koettiin olevan suurin este työpaikan löytymisessä, mutta kaikki olivat kuitenkin toiveikkaita ja uskoivat sopivan työn löytyvän ennen pitkää. Suomalaisen ystävän löytäminen oli myös kaikkien yhteinen toive, joka koettiin tärkeäksi.

”Olisi ihanaa saada suomalainen ystävä, puhua suomea ja olla niin kuin suomalaiset.”

5.4 Mielenterveyttä heikentäviä tekijöitä

Haastateltavat kuvasivat mielenterveyttä edistäviä ja heikentäviä tekijöitä. Heikentäviä tekijöitä pohdittiin miettimällä, mitkä asiat aiheuttavat mielipahaa ja heikentävät henkistä hyvinvointia. Tällaisiksi tekijöiksi haastateltavat kuvasivat yksinäisyyttä ja syrjäytymistä, työttömyyttä, pelkoa, rasismia sekä stressiä. Näitä mielenterveyttä heikentäviä tekijöitä kuvataan seuraavassa tarkemmin.

5.4.1 Yksinäisyys ja syrjäytyminen

Haastateltavat toivat esiin huolensa siitä, että monet maahanmuuttajat ovat hyvin yksinäisiä ja eristäytyvät muista ihmisistä koteihinsa. Yksin kotona oleminen kuvattiin kurjaksi, mutta vaihtoehtona ei ollut mitään paikkaa, minne mennä. Yksinäisyyttä koettiin paljon ja siihen liitettiin vahvasti syrjäytymisen uhka. Kielitaidon koettiin aiheuttavan yksinäisyyttä ja syrjäytymistä. Osa haastateltavista kuvasi jäävänsä helposti yksin ongelmiseen, koska kielitaito rajoitti avunsaantia. Kaikkien yhteinen toive oli ystävien saaminen. Kielitaidon koettiin rajoittavan tätä. Yksinäisyys ja ystävättömyys koettiin kurjana ja jopa ahdistavana. Haastateltavat olivat myös huolissaan siitä, että yksinäisyys johtaa ”huonoon” seuraan joutumiseen. Yksinäisyys ja syrjäytyminen koettiin mielenterveyttä heikentäviksi tekijöiksi eikä niihin koettu voitavan juurikaan itse vaikuttaa. Haastateltavat toivoivat paikkaa ja jotakin yhteistä toimintaa, jossa olisi mahdollista verkostoitua ja tutustua toisiin ihmisiin, yksinäisyyden ja syrjäytymisen ehkäisemiseksi. Tällä hetkellä sellaista toimintaa ei haastateltavien elämässä ollut tai he eivät kokeneet saaneensa tietoa tämän tyyppisistä mahdollisuuksista.

”Pysyn enimmäkseen kotona. Minun on pakko, koska ei ole mitään paikkaa minne mennä ja missä tavata ihmisiä. Mihin menisin? Kun en käytä alkoholiakaan...”

”Minulla ei ollut yhtään ystävää. Olin yksin kotona synkkänä ja pitkästyneenä. Jos kaiken aikaa synkistelee ja ajattelee vain negatiivisia asioita, mielenlaatu alkaa kärsiä.”

5.4.2 Työttömyys

Haastateltavat kuvasivat työttömyyttä pitkästyttäväksi. Ennen Suomeen tuloaan kaikki olivat olleet työelämässä. Työtä kaivattiin kovasti rytmittämään päivää ja tuomaan normaalia sisältöä ja tekemistä elämään. Työttömyys aiheutti myös huolta

raha-asioista. Työpaikkaa kaivattiin säännölliseksi tulonlähteeksi. Haastateltavat olivat huolissaan koulutustaan vastaavan ja sopivan työn löytymisestä, mutta kaikki olivat kuitenkin toiveikkaita tämän asian suhteen ja uskoivat sopivan työn vielä löytyvän. Kielitaito koettiin suurimmaksi työnsaannin esteeksi. Työttömyydestä tunnettiin myös syyllisyyttä. Kaikilla oli suuri halu löytää ja tehdä töitä. Koettiin kuitenkin, että työnsaantia estivät itsestä riippumattomat syyt. Kielitaidon koettiin parantavan työnsaantimahdollisuuksia. Työpaikan löytyminen olikin yksi suurimpia suomen kielen opiskelua motivoivia tekijöitä. Haastateltavat kokivat suomalaisten syyllistävän heitä työttömyydestä. Koettiin suomalaisten ajattelevan, että maahanmuuttajat ovat haluttomia tekemään töitä ja ovat omasta halustaan työttöminä.

”Siitä huolimatta, että puhun hyvää englantia, ranskaa, jonkin verran espanjaa ja minulla on kansainvälinen yliopistotutkinto, minun on pakko osata hyvää suomea saadakseni töitä. Tunnen syyllisyyttä siitä, ettei minulla ole töitä, mutta enhän voi ketään pakottaakaan ottamaan minua töihin. Lähetän jatkuvasti hakemuksia eri firmoihin ja voin vain toivoa, että jostain työpaikasta vastattaisiin minulle.”

”Työttömyys on tylsää ja pitkästyttävää. Työnteko tuo sisältöä ja turvallisuutta elämään.”

5.4.3 Pelko

Haastateltavat kuvasivat erilaisten tilanteiden aiheuttavan pelkoa. Kelassa asiointi pelotti kaikkia haastateltavia. Koska Kelan päätökset ja kirjelmät sekä palvelu suurilta osin olivat vain suomenkielisiä, oli haastateltavilla jatkuva epätietoisuus ja pelko esimerkiksi tukien jatkuvuudesta. Pelättiin esimerkiksi asumistuen lakkautumisesta, jos vieraan kielen takia ei olla ymmärretty toimittaa esimerkiksi tarvittavia liitteitä. Tämä aiheutti jatkuvaa pelkoa omasta toimeentulosta ja pärjäämisestä. Osalla haastateltavista oli taustalla rankkoja kokemuksia aiemmista asuinmaista. Tällaisten rasismi- ja kiusaamiskokemusten pelon kuvattiin heikentävän mielenlaatua.

Kuten aiemmin on todettu, haastateltavat ovat kokeneet avun saamisessa olevan ongelmia. Hädän hetkellä ilman apua jääminen koettiin suurena pelkoa ja epävarmuutta aiheuttavana tekijänä.

”Alkuun pelkäsin, että minua kiusataan ja hakataan täällä (Suomessa). Olin jatkuvasti peloissani ja varuillani. Se syö voimia.”

”Koska palvelun saanti englannin kielelläkin on erittäin vaikeaa, pelottaa ajatellakin, mitä tapahtuisi, jos en osaisi englantiaakaan. Jatkuvat ongelmat avun saamisessa ovat johtaneet pelkoon siitä, jääkö hädässä ilman apua?”

5.4.4 Rasismi

Rasismilla koettiin olevan negatiivinen vaikutus mielenterveyteen. Kaikilla oli kokemuksia esimerkiksi ihonvärin perusteella tuomitsemisesta. Tämän koettiin aiheuttavan paljon surua ja vihaa. Rasismi koettiin epäoikeudenmukaiseksi, tuomittavaksi ja osa kuvasi sitä toivottomana taistelunakin. Kaikilla oli kokemuksia rasismista eri muodoissa sekä Suomessa että aiemmissa asuinmaissaan. Rasismia oli koettu henkisenä ja fyysisenä väkivaltana, kiusaamisena, nolaamisena ja ihmisarvon vähättelynä. Tällaiset kokemukset olivat aiheuttaneet mielipahan lisäksi osalle jopa mielenterveyden ongelmia, joihin oli haettu ammattiapua. Rasismin kokeminen oli vaikuttanut kokonaisvaltaisesti elämään. Rasismin takia oli jouduttu muun muassa vaihtamaan työpaikkaa, välttämään sosiaalista kanssakäymistä ja rajoittamaan normaalia elämää esimerkiksi välttämällä kaupassa ja ravintolassa käymistä sekä liikkumista kaupungilla. Rasismikokemukset koettiin traumatisoivina ja niistä selviytymiseen tarvittiin myös ammattiapua. Osa haastateltavista toi esiin huolensa myös rasismista lasten keskuudessa. Huolissaan oltiin siitä, miten pienet lapset kykenevät käsittelemään rasismikokemuksia ja millaiset jäljet niistä jäävät kasvavan lapsen mieleen ja kehitykseen.

”Tuntui jokapäiväiseltä, toivottomalta taistelulta kohdata rasismia joka puolella. Kun kiusaaminen ja väkivalta työpaikalla jatkuivat, en tuntenut enää itseäni. Hakeuduin psykologille saadakseni apua ja varmuuden siitä, etten itse ole syyllinen tilanteeseeni.”

”Aikuisena pystyn puolustautumaan, mutta myös monet lapset joutuvat kokemaan saman helvetin päivittäin. Siitä jää varmasti pysyvät traumat.”

5.4.5 Stressi

Haastateltavat kuvasivat monenlaisten asioiden aiheuttavan stressiä. Stressiä aiheuttivat muun muassa toimeentulo, työttömyys, kielen oppiminen, virastoissa asiointi, opiskelu, terveys sekä perhe-elämä. Stressin koettiin tuovan vaikeuksia joka päiväiseen elämään. Sen koettiin vaikuttavan muun muassa unen laatuun ja ruokahuonon ja tätä kautta heikentävästi yleiseen jaksamiseen. Stressin kerrottiin aiheuttavan myös asioiden unohtelua ja keskittymiskyvyttömyyttä. Jokaisella oli omat, yksilölliset keinonsa hallita stressiä. Esimerkiksi aiemmin kuvattu sosiaalinen kanssakäyminen ja ongelmien jakaminen toisten kanssa todettiin hyväksi stressinhallintakeinoksi.

”Joskus stressaavat asiat kasaantuvat. Välillä olen niin stressaantunut, että unohtelen asioita enkä pysty keskittymään. Silloin voin huonosti.”

5.5 Suomalaisen asenteiden vaikutuksia maahanmuuttajien mielenterveyteen

Tässä osiossa on tarkasteltu ensimmäisestä ja toisesta tehtävästä saatuja tuloksia keskenään. Maahanmuuttajat kuvasivat suomalaisten asenteita osittain ristiriitaisesti. Suomalaisen kuvattiin esimerkiksi hyväksyvän maahanmuuttajat ja toisaalta taas kuvattiin kokemuksia hyväksymättömyydestä. Samoin osa maahanmuuttajista koki saavansa apua suomalaisilta eri tilanteissa, mutta toisaalta koettiin myös

usein jäätävän ilman apua. Näin ollen suomalaisten avuliaisuuden koettiin edistävän mielenterveyttä, mutta toisaalta taas auttamisen haluttomuuden koettiin heikentävän mielenterveyttä ja aiheuttavan pelkoa selviämisestä. Seuraavassa on tarkasteltu maahanmuuttajien kuvaamien positiivisten ja negatiivisten asenteiden vaikutuksia mielenterveyteen heidän kokemanaan.

5.5.1 Positiiviset vaikutukset

Hyväksyntä, turvallisuus, ystävällisyys, huomiointi ja avuliaisuus vaikuttivat positiivisesti mielenterveyteen. Sosiaalinen kanssakäyminen, ystävällinen ja avulias käytös sekä maahanmuuttajien tarpeiden eri tavoin huomiointi koettiin hyvinvointia lisääviksi tekijöiksi. Myös Suomessa elämisen turvallisuus koettiin yleistä turvallisuuden tunnetta lisääväksi ja tätä kautta hyvinvointia lisääväksi tekijäksi. Kuten jo aiemmin todettiin, kuvasivat maahanmuuttajat myös kokemuksia päinvastaisista asenteista, joilla puolestaan oli mielenterveyttä heikentävä vaikutus.

5.5.2 Negatiiviset vaikutukset

Haastateltavien kuvaamat negatiiviset asenteet olivat yhteydessä mielenterveyteen negatiivisesti vaikuttaviin tekijöihin. Auttamisen haluttomuus ja tuomitseminen lisäsivät pelon tunnetta, joka vaikutti negatiivisesti mielenterveyteen. Auttamisen haluttomuus, palveluhaluttomuus sekä se, ettei maahanmuuttajien kanssa koettu haluttavan olla tekemisissä lisäsivät yksinäisyyden, syrjäytyneisyyden ja yhteiskunnasta eristäytymisen tunnetta. Yksinäisyys ja syrjäytyminen lisäsivät myös pelkoa ja huolta omasta jaksamisesta ja pärjäämisestä. Tiedon puutteen sekä auttamisen ja palveluhaluttomuuden koettiin lisäävän stressiä. Stressiä aiheuttivat myös koetut suomalaisten ennakkoluulot. Esimerkiksi kaikilla haastateltavilla oli kova halu saada tehdä töitä ja oppia suomen kieli, mutta suomalaisten koettiin ajattelevan heidän olevan työttömiä vapaasta tahdostaan ja haluttomia työntekoon ja kielen opiske-

luun. Myös koetut suomalaisten ennakkoluulot maahanmuuttajien älykkyydestä sekä maahanmuuton motiiveista koettiin yleisesti ikäviksi ja stressiä ja huolta aiheuttaviksi. Sosiaalisen kanssakäymisen suomalaisten kanssa lähes kokonaan puuttumisen koettiin vaikuttavan negatiivisesti mielenterveyteen yksinäisyyden, syrjäytymisen, pelon sekä stressin kautta.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

6.1 Opinnäytetyön eettisyys

Tutkimuksen eettisyys on lähtökohtana opinnäytetyön tekemiselle. Opinnäytetyön tekijän tulisi olla aidosti kiinnostunut uuden tiedon hankkimisesta sekä valmis paneutumaan tutkittavaan ilmiöön. Opinnäytetyön koko prosessin aikana tulee toimia vastuullisesti ja noudattaa ehdotonta rehellisyyttä. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 172.) Tämän opinnäytetyön aihe kiinnosti minua henkilökohtaisesti alusta alkaen. Mielenkiinto aihetta kohtaan on säilynyt koko prosessin ajan, vaikka ajanpuute on jonkin verran ajoittain rajoittanut tiedonhakua. Tietoa oli saatavilla paljon, joten jouduin rajaamaan monia asioita tämän työn ulkopuolelle, joita olisin käsitellyt saadessani enemmän aikaa tai työskennellessäni parin kanssa. Olen pyrkinyt noudattamaan rehellisyyttä ja toimimaan oikeudenmukaisesti koko opinnäytetyöprosessin aikana.

Eettisiä kysymyksiä on tärkeää pohtia erityisesti inhimillisen toiminnan ollessa tutkimuksen kohteena. Ennen haastattelujen aloittamista haastateltavien oikeudet tulee selvittää haastateltaville tarkasti. Laadullisessa tutkimuksessa koko aineisto voidaan kerätä yhdestä, tietystä paikasta vain muutamalta henkilöltä. Tällöin riskinä on tutkittavien tunnistaminen. Siksi onkin varmistettava, ettei yksityisiä tutkittavia koskevia tietoja ole mahdollista käyttää heidän vahingokseen. Tutkittavilta saatavan tiedon hyödyn tulee olla merkittävästi suurempi kuin mahdollisen haitan. (Vehviläinen-Julkunen 1997, 26-30.) Haastatteluihin osallistuminen perustui täysin vapaaehtoisuuteen. Kerroin ryhmässä ensin yleisesti opinnäytetyöni aiheesta ja menetelmistä sekä jaoin kaikille tiedote-lomakkeet (Liite 2). Tämän jälkeen sovin erikseen ilmoittautuneiden vapaaehtoisten kanssa haastatteluajat. Sain haastatteluille suullisen tutkimusluvan kielikurssin opettajalta. Ennen haastattelua kävin suullisesti uudelleen läpi haastateltavien kanssa haastattelun ja aineiston analyysin vaiheet sekä haastateltavien oikeudet. Tämän jälkeen haastateltavilla oli mahdollisuus esittää minulle kysymyksiä. Vielä ennen haastattelun alkua haastateltavat

sekä minä allekirjoitimme suostumus-lomakkeen, jossa kerrottiin haastateltavien oikeudet. Haastateltavat siis osallistuivat haastatteluun täysin vapaaehtoisesti ja heillä oli oikeus keskeyttää haastattelu milloin tahansa tarkempaa syytä kertomatta. Lisäksi he saivat vakuutukseni siitä, että tietoja käsittelen vain minä ja kaikki heidän kertomansa asiat ovat täysin luottamuksellisia. Huolehdin tarkasti haastateltavien anonymiteetin säilyttämisestä, erityisesti valitessani autenttisia ilmaisuja raportin tulososioon. Raportista on jätetty haastateltavien anonymiteetin säilyttämisen vuoksi kokonaan pois muun muassa kansalaisuudet, perhesuhteet, Suomessa asumisen syyt sekä muut arvioimani tiedot, joista haastateltavat olisi saatettu tunnistaa. Haastatteluissa nauhoitetut nauhat ja tehdyt muistiinpanot säilytettiin koko prosessin ajan niin, ettei kellään ulkopuolisella ollut mahdollisuutta päästä niihin käsiksi. Opinnäytetyön valmistuttua aineistoa sisältäneet dokumentit hävitettiin asianmukaisesti. Myös tästä tiedotettiin osallistujille sekä suullisesti että kirjallisesti.

6.2 Opinnäytetyön luotettavuus

Laadullisen ja määrällisen tutkimuksen luotettavuuden arviointikriteerit eroavat toisistaan. Laadullisessa tutkimuksessa ei pyritä yleistettävyyteen, joten aineiston laatua ei voida mitata sen edustavuudella. Laadullisen tutkimuksen tarkoituksena on kuvata koko ilmiö moninaisuudessaan. Tällöin aineiston valitsemisessa tulisi noudattaa tarkoituksenmukaisuusperiaatetta, valitsemalla haastatteluun henkilöt, jotka haluavat osallistua tutkimukseen ja jotka kykenevät ilmaisemaan itseään hyvin. (Nieminen 1997, 216.) Noudatin haastateltavia valitessani tarkoituksenmukaisuusperiaatetta. Kaikki haastatteluun osallistuneet olivat vapaaehtoisia eikä minulla ollut heistä mitään taustatietoja. Haastatteluun osallistuneet kokivat halua kertoa omia kokemuksiaan.

Luotettavuutta laadulliseen tutkimukseen lisää se, että raportissa ilmenee millaisia haastatteluteemoja tutkittaville on esitetty. Jos esitetyt kysymykset ovat liian suppeita, tutkimuksen luotettavuus vähenee. Tavoitteena on haastateltavien näkemykset asiasta, jolloin suppeat kysymykset supistavat vastausmahdollisuuksia (Niemi-

nen 1997, 217). Haastattelun teemat olivat kaikilla tiedossa. Keskustelimme haastattelussa teemojen puitteessa hyvin vapaamuotoisesti. Haastateltavat saivat vapaasti kertoa kokemuksistaan ja näkemyksistään elämän eri tilanteissa. En koe ohjanneeni ja rajanneeni haastattelua liian suppeaksi. Aineistoa käsitellessäni huomasin sen olevan hyvin laaja ja sisältävän laaja-alaisesti kokemuksia elämän eri osa-alueilta. Pyrin rehellisesti ja aineistoa kunnioittaen esittämään saamani tulokset tulososiossa. Koska en ole aikaisemmin tehnyt sisällönanalyysiä tässä mitakaavassa, sain ohjausta sekä palautetta analyysin toteuttamisesta opinnäytetyöni ohjaajalta. Kokemattomuuteni saattoi heikentää opinnäytetyön luotettavuutta, mutta toisaalta tiedostin sen itse, jolloin hain ja sain apua ohjaajaltani.

Haastattelulla kerätyn aineiston laatu määrittää sen luotettavuutta. Luotettavuutta heikentää muun muassa, jos vain osaa haastateltavista on haastateltu, haastattelunauhojen kuuluvuus on huono, litterointi ei ole yhdenmukaista alussa ja lopussa tai jos luokittelu ei ole säännönmukaista. On pyrittävä siihen, että tutkimus kuvaa haastateltavien käsityksiä ja kokemuksia niin hyvin kuin mahdollista. (Hirsjärvi & Hurme 2004, 184-190.) Haastattelut toteutettiin joulukuussa 2009. Jokainen haastateltava tuotti runsaasti materiaalia aineistooni. Haastattelut sujuivat luontevasti vailla keskeytyksiä. Sovimme ennalta käyttävämme haastatteluihin aikaa niin kauan kuin kerrottavaa riittää. Haastattelutilanteet olivat rauhallisia ja kiireettömiä. Näin meneteltiin kaikkien haastateltavien kanssa, joten kaikki saivat kertoa kaiken haluamansa. Haastattelunauhojen laatu vaihteli kohtalaisesta hyvään. Muutamista kohdista oli vaikeuksia saada selvää, mutta useiden kuuntelukertojen jälkeen nekin selvisivät. Aukikirjoitusvaihe oli työläs. Pidin aukikirjoittaessani säännöllisiä, lyhyitä taukoja tarkkaavaisuuden ja luotettavuuden takaamiseksi. Pyrin aineiston aukikirjoittamisessa ja luokittelussa johdonmukaisuuteen ja rehellisyyteen koko opinnäytetyöprosessin ajan.

Laadullisen tutkimuksen lopputulos on aina tutkijan henkilökohtainen näkemys tutkittavasta ilmiöstä. Pyrkimys yleistettävyyteen ei ole tarkoituksen mukaista laadullisessa tutkimuksessa. Analyysin luotettavuuden arvioimiseksi tulee raportoinnin olla riittävän selkeää. Analyysin tueksi tulee esittää riittävä määrä alkuperäishavaintoja, sillä analyysin luotettavuus syntyy havaintojen ja luokitusten loogisesta yhteenso-

pivuudesta. (Nieminen 1997, 219-220.) Pysin raporttoimaan saamani tulokset mahdollisimman selkeästi. Käytin runsaasti alkuperäisiä ilmaisuja selventääkseni taustaa, mistä olen tulokset saanut. Toivoin näin lukijalle syntyvän käsityksen siitä, mistä luokittelulla saamani käsitteet ovat syntyneet, ja toivon lukijan löytävän loogisen yhteyden alkuperäisen ilmaisun ja yläkäsitteen välillä. Lisäksi työssäni on liitteenä kuviot sisällönanalyysin vaiheista (Liite 4 ja Liite 5). Olen pyrkinyt selkeyteen ja rehellisyyteen raportoinnissa. Tätä saattaa kuitenkin heikentää se tosiasia, että olen tehnyt työni yksin ja olen välillä kokenut haasteelliseksi tarkastella omaa tekstiäni objektiivisesti. Tämänkin olen tiedostanut ja saanut myös siihen ohjausta työni ohjaajalta.

Keräämäni aineisto oli kokonaan englanninkielinen. Luotettavuutta arvioidessa tulee arvioida myös englannin kielen vaikutusta tuloksiin. Käytän englannin kieltä päivittäin keskustelemalla, kirjoittamalla ja lukemalla. Aktiivisen kielen harjoittamisen sekä kurssiarvosanojeni perusteella arvioin oman englannin kielen osaamiseni erinomaiseksi. Kaikki haastateltavat olivat joko asuneet englanninkielisissä maissa tai opiskelleet englanninkielisissä koulutusohjelmissa. Heidän kielitaitonsa vaihteli oman arvioni mukaan hyvästä erinomaiseen. Pystyimme kommunikoimaan haastateltavien kanssa vaivatta. Kuten raportissa aiemmin mainitaan, haastatteluilla keräämäni englanninkielinen aineisto käännettiin suomen kielelle sisällönanalyysin pelkistysvaiheessa. Tulososiossa olevat suorat lainaukset ovat siis käännöksiä alkuperäisistä englanninkielisistä ilmaisuista. En arvioi tämän vaikuttaneen haitallisesti opinnäytetyön luotettavuuteen ja aineiston asiasisältöön. Uskon asiasisällön pysyneen muuttumattomana käännöksistä huolimatta.

6.3 Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata maahanmuuttajien kokemuksia suomalaisten asenteista heitä kohtaan, maahanmuuttajien käsityksiä mielenterveydestä sekä kokemuksia siitä, miten nämä asenteet ovat vaikuttaneet heidän

mielenterveyteensä. Seuraavassa tarkastellaan opinnäytetyöni tuloksia muiden tutkimusten ja teorian tiedon valossa.

Liebkind ym. (2004) tutkivat venäläisten, virolaisten ja etniseltä taustaltaan suomalaisten maahanmuuttajien elämää, kotoutumista ja siihen vaikuttavia tekijöitä Suomessa. Suomen kielen taito on maahanmuuttajille äärettömän tärkeää sekä koulutuksessa että työmarkkinoilla. Kielitaidon puute estää maahanmuuttajia hyödyntämästä jo olemassa olevaa inhimillistä pääomaa, kuten koulutusta ja työkokemusta, uudessa ympäristössä. Tutkimus osoitti, että suomen kielen puutteellinen taito on selvässä yhteydessä työllistymiseen. Kielitaidon parantuessa työttömyys väheni jyrkästi. Heikko suomen kielen taito oli myös yhteydessä huonoksi koettuun terveydentilaan. Kielitaito vaikutti myös sosiaaliseen verkostoitumiseen. Kolmella neljästä tutkimukseen osallistuneesta oli myös muutamia suomalaisia henkilöitä verkostossaan. Toisaalta taas viidesosa vastaajista oli eristäytynyt täysin omiin maahanmuuttajaverkostoihinsa. (Liebkind ym. 2004, 275-278.) Myös tähän opinnäytetyöhön haastatellut maahanmuuttajat kuvasivat samankaltaisia kokemuksia. Kielitaidon koettiin olevan suurin työnsaantia estävä tekijä, joka näin ollen vaikutti laajalaisesti haastateltavien elämään. Kielen oppimisesta koettiin stressiä ja koettiin, ettei aiemmalla koulutuksella ja kokemuksella ollut Suomessa mitään arvoa. Osalla haastateltavista oli suomalaisia ystäviä tai tuttuja, osalla taas ei ollut lainkaan. Suomalaisia ystäviä toivottiin kovasti. Siitä koettiin olevan apua sopeutumiseen, kielen oppimiseen sekä käytännön asioiden hoitamiseen ja tiedon lisäämiseen. Toiset maahanmuuttajat ja heidän kanssaan verkostoituminen kuvattiin elintärkeinä keinoina saada apua ja tarvittavaa tietoa.

Edelleen Liebkind ym. (2004) toteaa tutkimuksessaan, että valtaväestön asenteet voivat vaikeuttaa kielen oppimista. Suomen kieltä on lähes mahdotonta oppia ellei tunne henkilökohtaisesti edes joitakin henkilöitä, jotka sitä äidinkielenään puhuvat. Tutkimukseen haastatellut maahanmuuttajat kertoivat, että tiedotusvälineissä ja arkipuheissa heidät leimataan usein työtä vieroksuviksi sosiaaliturvan väärinkäyttäjiksi ja suomalaisten veronmaksajien kustannuksella eläviksi loisiksi. (Liebkind ym. 2004, 278-279.) Myös tähän opinnäytetyöhön haastatellut maahanmuuttajat kuvasivat samankaltaisia kokemuksia. Osa heistä ei tuntenut ketään suomalaista henki-

lökohtaisesti ja suomen kielen oppiminen ja tätä kautta työnsaanti tuntui hyvin vaikealta. Työttömyydestä koettiin kuitenkin syyllisyyttä ja suomalaisten koettiin pitävän maahanmuuttajia laiskoina ja haluttomina työntekoon.

Liebkind ym. (2004) toteavat oman etnisen taustan ja äidinkielen olevan pysyviä ja tärkeitä henkilökohtaisia ominaisuuksia. Tämän vuoksi etninen syrjintä tuntuu erityisen pahalta. Syrjinnän kohteeksi joutunut tuntee usein itsensä voimattomaksi, avuttomaksi ja jopa epätoivoiseksi. Oman elämänhallinnan tunteen säilyttämiseksi osa maahanmuuttajista pyrkii vähättelemään syrjintää ja rasismia etsimällä syitä niihin itsestään. Tutkimuksessa todetaan syrjinnän ja ennakkoluuloisuuden heikentävän maahanmuuttajien henkistä hyvinvointia ja integroitumista yhteiskuntaan. Syrjintä- ja rasismikokemukset lisäävät ahdistuneisuutta, masentuneisuutta sekä psykosomaattisia oireita maahanmuuttajilla. Oman maahanmuuttajayhteisön todettiin lieventävän syrjinnän haitallisia vaikutuksia henkiseen hyvinvointiin. Noin neljännes tutkimukseen osallistuneista kertoi joutuneensa rasistisen rikoksen (solvaus-, uhkaus-, pahoinpitely-, omaisuus- tai muu rasistinen rikos) uhriksi viimeisen 12 kuukauden aikana. Yleisin näistä oli solvaus. Nämä kokemukset vaikuttivat henkiseen hyvinvointiin ja elämänhallinnan tunteeseen. Syrjintää kokeneet kärsivät enemmän stressioireista ja kokivat omat vaikutusmahdollisuutensa, esimerkiksi työllistymisen suhteen, hyvin heikoksi. (Liebkind ym. 2004, 278-281.) Tähän opinnäytetyöhön haastatellut maahanmuuttajat olivat kokeneet myös syrjintää ja rasistisia rikoksia eri muodoissa. Syitä syrjintään haettiin ensin myös itsestä. Maahanmuuttajien kuvaamat kokemukset olivat vaikuttaneet heikentävästi elämänhallinnan tunteeseen ja omat vaikutusmahdollisuudet, esimerkiksi juuri työnsaannin osalta, koettiin vähäisiksi. Maahanmuuttajat kokivat stressiä ja syyllisyyttä työttömyydestä sekä kielen oppimisesta. Osa haastateltavista kuvasi tilannetta välillä ”toivottomana taisteluna”.

Jasinkaja-Lahti ym. (2002) selvittivät tutkimuksessaan maahanmuuttajien rasismia ja syrjintäkokemuksia ja näiden kokemusten yhteyttä maahanmuuttajien psyykkiseen hyvinvointiin. Tutkimuksessa määritellään suomalaisten rasismi ja muukalaisviha sekä kielteisiksi kuvitelmiksi yksilöistä että kielteisiksi asenteiksi maahanmuuttajia kohtaan johonkin tiettyyn kansalliseen, etniseen, uskonnolliseen tai kulttuuri-

ryhmään kuulumisen takia. Tutkimuksessa painotetaan, etteivät rasistiset asenteet ja toiminta sekä syrjintä voi esiintyä ilman kansakunnan yleisen ilmapiirin ja kulttuurin, politiikan ja tiedotusvälineiden antamaa tukea. Tutkimuksen tuloksista ilmeni, että maahanmuuttajat kokivat saaneensa huonoa palvelua asioidessaan eri virastoissa. Tutkimukseen osallistuneista maahanmuuttajista 81% oli hakenut töitä. Heistä yli puolet kertoi kokeneensa ainakin kerran jääneensä ilman työpaikkaa ulkomaalaistaustansa takia. 81% työssä olleista maahanmuuttajista kertoi kärsineensä työssään työtovereiden loukkauksista ja kiusaamisesta ulkomaalaistaustansa vuoksi. Ennakkoluuloja, syrjintää ja rasismia kerrottiin tapahtuneen myös esimerkiksi kadulla, liikennevälineissä, kaupoissa ja ravintoloissa. Reilu neljännes vastaajista oli joutunut naapureiden loukkaamaksi ja kiusaamaksi, vajaa puolet oli taas kokenut vastaavaa liikennevälineissä tai muussa vastaavassa paikassa. 31% vastaajista oli joutunut Suomessa rasistisen rikoksen uhriksi viimeisen 12 kuukauden aikana. (Jasinkaja-Lahti ym. 2002, 28-30, 82-83, 86, 89-90, 94.) Tätä opinnäytetyötä varten haastatellut maahanmuuttajat kuvasivat myös saaneensa huonoa palvelua asioidessaan eri virastoissa, mutta huonoa palvelua sai toisinaan myös kaupoissa. Kaikilla haastateltavilla oli kokemuksia kadulla ja liikennevälineissä sekä muilla julkisilla paikoilla ja tiloissa tapahtuneista syrjintätilanteista. Osalla oli myös kokemuksia työpaikkakiusaamisesta sekä rasistisista rikoksista.

Jasinkaja-Lahti ym. (2002) toteaa tutkimuksessaan työttömyyden lisäävän huomattavasti stressiä maahanmuuttajilla. Myös ahdistuksen ja masennuksen oireita esiintyi enemmän työttömillä maahanmuuttajilla. Työttömyys toki aiheuttaa stressiä myös valtaväestölle. Tutkimuksessa kuitenkin todetaan maahanmuuttajien syrjintäkokemusten ja stressin määrän olevan selvässä yhteydessä toisiinsa; enemmän syrjintää kokeneet kärsivät myös enemmän stressin oireista. Stressin sietäminen, oireet ja niiden hallintakeinot todettiin tutkimuksessa kuitenkin hyvin kulttuurisidonnaisiksi. (Jasinkaja-Lahti ym. 2002, 137-139.) Myös tähän opinnäytetyöhön haastatellut maahanmuuttajat kuvasivat työttömyyden aiheuttavan paljon huolta ja stressiä. Osalla haastateltavista myös erilaiset ennakkoluulot, rasismi- ja syrjintäkokemukset aiheuttivat stressiä ja jopa psyykkistä pahoinvointia ja sairastumista.

6.4 Kehittämisehdotukset

Suomen kielen oppiminen on vaikeaa ellei tunne ja ole tekemisissä suomea äidinkielenään puhuvien kanssa. Kielitaidottomuus taas vaikeuttaa työn saantia sekä sopeutumista suomalaiseen yhteiskuntaan. Nämä asiat taas vaikuttavat eri tavoin heikentävästi mielenterveyteen. Tämän opinnäytetyön sekä aiempien tutkimusten tulosten perusteella maahanmuuttajien hyvinvointia voitaisiin edistää luomalla toimintaa, jossa valtaväestö ja maahanmuuttajat kohtaisivat. Tämä edistäisi mielenterveyttä monin tavoin muun muassa lisäämällä sosiaalista kanssakäymistä ja turvallisuuden sekä yhteenkuuluvuuden tunnetta. Tällainen toiminta loisi myös maahanmuuttajille mahdollisuuden ystävystyä suomalaisten kanssa. Suomalaisten negatiivisten asenteiden taustalla koettiin olevan tietämättömyyttä ja sitä, etteivät suomalaiset yksinkertaisesti tunteneet ainoatakaan maahanmuuttajaa. Koska suomalaisten ja maahanmuuttajien välisen vuorovaikutuksen koettiin olevan vaikeaa luonnollisissa tilanteissa useista eri syistä, voisivat he kohdata esimerkiksi urheilun, tanssin tai musiikin merkeissä. Näitä asioita harrastetaan laajalti ympäri maailmaa. Erilaisten joukkuelajien pelaaminen, esimerkiksi jalkapallon (maailman harrastetuin urheilulaji), voisivat olla suomalaisten ja maahanmuuttajien luonnollisia kohtaamistilanteita, joissa voitaisiin tutustua, puhua suomea ja pitää yhdessä hauskaa. Tällaisista tapahtumista tulisi tiedottaa niin, että tieto tavoittaa myös maahanmuuttajat eli useilla eri kielillä internetin kautta.

LÄHTEET

- Elonen, P. 2010. Lähes 60 prosenttia ei ottaisi lisää maahanmuuttajia. Helsingin Sanomat. 15.3.2010. Luettu. 15.3.2010.
<http://www.hs.fi/kotimaa/artikkeli/L%C3%A4hes+60+prosenttia+ei+ottaisi+lis%C3%A4%C3%A4+maahanmuuttajia/1135254407014>
- Erwin, P. 2005. Asenteet ja niihin vaikuttaminen. Helsinki: WSOY.
- Eskola, J. & Suoranta J. 2001. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 5. painos. Jyväskylä: Vastapaino.
- Hirsjärvi, S & Hurme, H. 2004. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. 13. painos. Keuruu: Otava.
- Holland, K. & Hogg, C. 2001. Cultural Awareness in Nursing and Health Care. An introductory text. Malta: Gutenberg Press Ltd.
- Jaakkola, M. 1999. Maahanmuutto ja etniset asenteet. Työministeriö. Työpoliittinen tutkimus 213. Helsinki: Edita.
- Jasinkaja-Lahti, I., Liebkind, K. & Vesala, T. 2002. Rasismi ja syrjintä Suomessa. Maahanmuuttajien kokemuksia. 2002. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2009. Tutkimus hoitotieteessä. 1. painos. Helsinki: WSOYpro.
- Lahikainen, A. R., Pirttilä-Backman A-M. 2003. Sosiaalipsykologian perusteet. 1.-3. painos. Keuruu: Otava.
- Lahti, P. 1995. Mielenterveyden menu. Porvoo: WSOY.
- Liebkind, K., Mannila, S., Jasinkaja-Lahti, I., Jaakkola, M., Kyntäjä, E. & Reuter, A. 2004. Venäläinen, virolainen ja suomalainen. Kolmen maahanmuuttajaryhmän koutuminen Suomeen. Tampere: Tammer-Paino.
- Maahanmuuttovirasto a. 2010. Suomessa vakituisesti asuvat ulkomaalaiset 31.12.2009. Luettu 5.1.2010.
<http://www.migri.fi/download.asp?id=Ulkomaalaiset+Suomessa+2009;1880;{0A2AE526-BFDC-4DA5-8068-E2BB2D90320A}>.

Maahanmuuttovirasto b. 2010. Turvapaikanhakijat 2010/2. Luettu. 8.3.2010.
<http://www.migri.fi/download.asp?id=Tp%2Dhakijat+2010;1903;{02554125-978B-4813-8AD3-7C58A6D294E3}>.

Nieminen, H. 1997. Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuus. Teoksessa Paunonen, M. & Vehviläinen-Julkunen, K. (toim.) 1998. Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. 1. painos. Helsinki: WSOY.

Ojanen, M., Anttila, R., Lähdesmäki, M., Oksala, E. & Paavilainen, P. 2004. Persoonallisuuspsykologia. 1. painos. Helsinki: Edita.

Pitkänen, P. & Kouki, S. 1999. Vieraiden kulttuurien kohtaaminen viranomaistyössä. Helsinki: Edita.

Pitkänen, P. 2006. Etninen ja kulttuurinen monimuotoisuus viranomaistyössä. Helsinki: Edita.

Rauta, A. 2005. Selvitys maahanmuuttajien mielenterveyspalveluiden tarpeesta ja saatavuudesta. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä nro. 2005:3. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

Räty, M. 2002. Maahanmuuttaja asiakkaana. Tampere: Tammi.

Sainola-Rodriguez, K. Transnationaalinen osaaminen. Uusi terveydenhuoltohenkilöstön osaamisvaatimus. Kuopion yliopisto. Terveystieteiden ja taloudenlaitos. Väitöskirja.

Schubert, C. 2007. Monikulttuurisuus mielenterveystyössä. Helsinki: Edita.

Sohlman, B. 2004. Funktionaalinen mielenterveyden malli positiivisen mielenterveyden kuvaajana. Väitöskirja. Stakes tutkimuksia 137. Helsinki: Gummerus Kirjapaino Oy.

Tuomi, J & Sarajärvi, A. 2006. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Vehviläinen-Julkunen, K. 1997. Hoitotieteellisen tutkimuksen etiikka. Teoksessa Paunonen, M. & Vehviläinen-Julkunen, K. (toim.) Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. 1. painos. Helsinki: WSOY.

LIITTEET

LIITE 1

Teemahaastattelun runko

Esitiedot:

- Mistä maasta olet kotoisin?
- Miksi tulit Suomeen?
- Kauanko olet asunut Suomessa?
- Onko sinulla perhe Suomessa?
- Oletko työ- tai opiskeluelämässä mukana?

Teema 1. Kokemukset asenteista

- Kokemukset työ- tai opiskeluelämässä
- Kokemukset arkielämän tilanteissa
- Kokemukset yhteiskunnan taholta

Teema 2. Käsitys mielenterveydestä

- Mitä mielenterveys sinulle tarkoittaa?
- Mitä asioita mielenterveyteen kuuluu?
- Mikä edistää tai haittaa omaa mielenterveyttäsi?

Teema 3. Kokemukset asenteiden vaikutuksesta omaan mielenterveyteen

- Mikä on ollut positiivista, kannustavaa, edistävää?
- Mikä on ollut negatiivista, haittaavaa?
- Mitä olisit toivonut tehtävän toisin? Millaisia toiveita ja kehitysehdotuksia sinulla on?
- Koetko asenteiden vaikuttaneen omaan mielenterveyteesi?



INFORMATION ABOUT THE STUDY

Immigrants and mental health

I am doing my bachelor's thesis about immigrants and mental health. After making yourself familiar with the following information about the study, you will be given a chance to pose any questions you may have. After that you will be asked to give your informed consent to participate in the study

Purpose of the study

The purpose of this study is to describe immigrants' experiences of attitudes of the Finns towards them and how these attitudes may have affected their mental health.

Progression of the study

I am interviewing individuals from a group of immigrants (held by the Finnish Red Cross) one by one and only once. The interview is a theme interview. The interview will be recorded on a tape and then transcribed. The material will be analysed by using the content analysis method. The results will be presented on the final report of my bachelor's thesis. The interviews will be done during the Autumn of 2009. The final report will be in printed in May 2010.

Confidentiality

The information you give will be handled in absolute confidence. No individual will be recognisable in my final report. The interview will be transcribed to a computer. After that the audio recordings will be deleted. The transcripts will be deleted as soon as I complete my bachelor's thesis. All the material will be handled only by me.

Voluntariness

It is completely voluntary to participate in this study and you can stop your participation at any point you want to without having to give any reason for that. In that case, all the information you have given will be removed, if you want it to be.

More information

Do not hesitate to contact me, if you have any questions or if you need some more information.

Yours sincerely,

Hanna Koikkalainen
hanna.koikkalainen@piramk.fi



INFORMED CONSENT

IMMIGRANTS' EXPERIENCES IN THE ATTITUDES OF THE FINNS AND HOW THE ATTITUDES AFFECT THEIR MENTAL HEALTH

I have been given both oral and written information about the study above. I have been given a chance to pose questions to the interviewer.

I understand that it is completely voluntary to participate in this study and I can drop out at any point, when I want to without having to give any reason for that. I also understand that all the information will be handled in absolute confidence.

Tampere____.____.2009

Tampere____.____.2009

I give my consent to participate in this study:

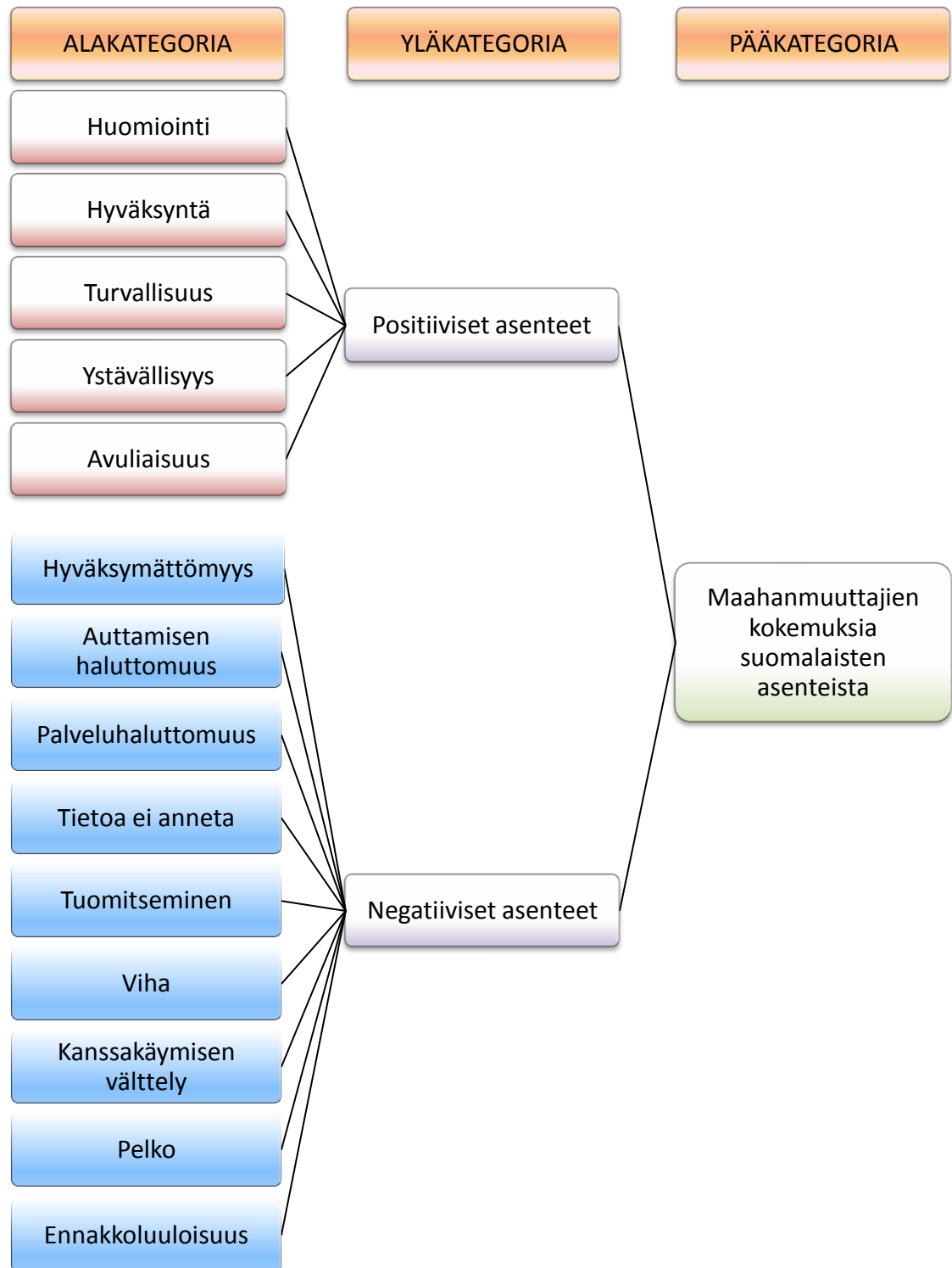
Receiver of the informed consent:

Signature of the interviewee

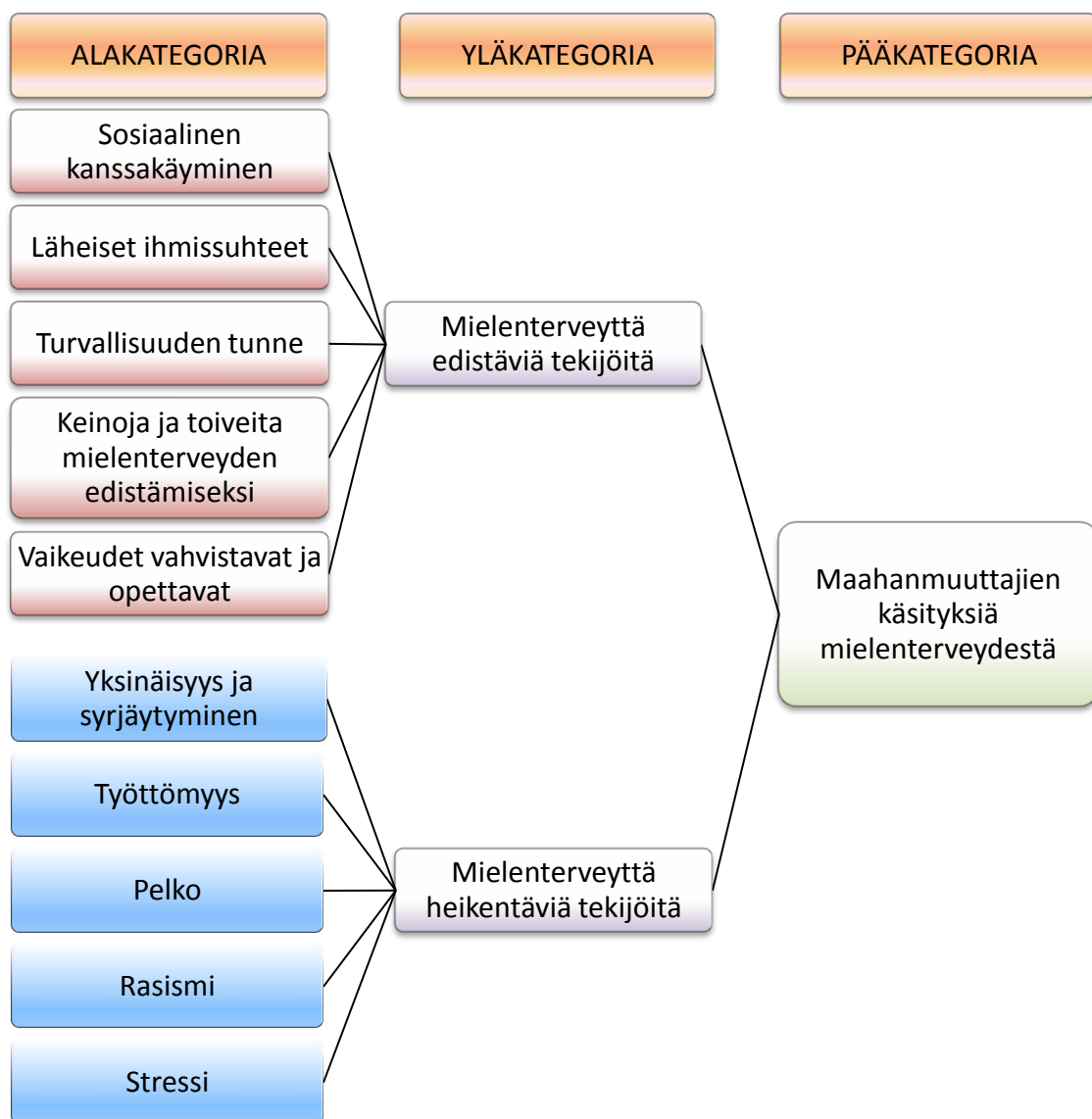
Signature of the receiver

Name

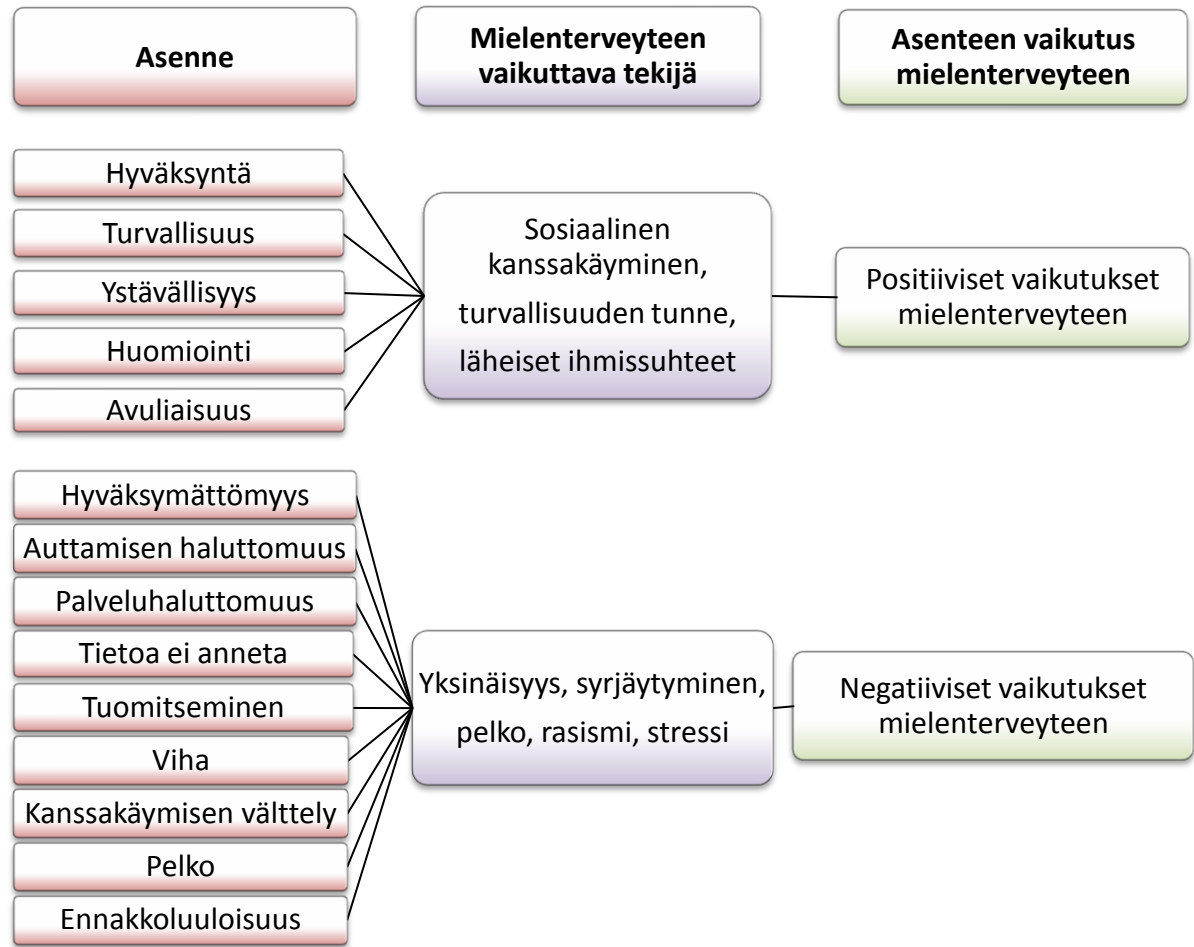
Name



KUVIO 2. Maahanmuuttajien kokemuksia suomalaisten asenteista



KUVIO 3. Maahanmuuttajien käsityksiä mielenterveydestä



KUVIO 4. Suomalaisien asenteiden vaikutus maahanmuuttajien mielenterveyteen

TAULUKKO 1. Opinnäytetyössä käytetyt tutkimukset

Tekijät ja työn nimi	Tarkoitus, tehtävät, ongelmat	Menetelmät	Keskeiset tulokset
Jaakkola (1999) Maahanmuutto ja etniset asenteet, työpolitiikan tutkimus 213	Tutkimuksessa kuvataan suomalaisten asenteita maahanmuuttajiin kuuden vuosina 1987-1999 tehdyn koko väestöä edustavan haastattelututkimuksen valossa.	Haastattelut (1000 suomalais-ta vuosittain 1987, 1988, 1993, 1998, 1999)	Taloudellisen tilanteen heikentyessä myös maahanmuuttoasenteet kiristyvät merkittävästi. Asenteisiin vaikuttaa ikä, sukupuoli, puoluekanta, uskonnollisuus ja koulutus. Kielteiset ulkomaalaisasenteet ovat liittyneet sosioekonomisen uhan kokemiseen.
Pitkänen, Kouki (1999) Vieraiden kulttuurien kohtaamisen viranomaistyössä	Tutkimuksessa kuvataan eri viranomaisten kokemuksia erilaisten kulttuurien kohtaamistilanteissa sekä viranomaisten suhtautumista maahanmuuttajiin ja heidän kotouttamisensa	Valtakunnallinen postikysely (n=1718)	Viranomaisten suhtautuminen maahanmuuttajiin vaihtelee ammattiryhmittäin. Myös kohtaamiskokemus vaikuttaa suhtautumiseen, onko maahanmuuttaja kohdattu asiakkaana vai työtoverina Lisäksi se, onko viranomaisella maahanmuuttajia esim. tuttavina, vaikuttaa suhtautumiseen. Lähes kaikki viranomaiset tuntevat tarvetta kielitaitonsa kohentamiseen.
Jasinskaja-Lahti, Liebkind, Vesala (2002) Rasismi ja syrjintä Suomessa – Maahanmuuttajien kokemuksia	Kirja käsittelee maahanmuuttajien rasismi- ja syrjintäkokemuksia sekä näiden kokemusten yhteyttä maahanmuuttajien psyykkiseen hyvinvointiin	Kyselylomaketutkimus	Maahanmuuttajat kokivat saaneensa huonoa palvelua asioidessaan viranomaisten kanssa. Valtaosa oli kokenut syrjintää arkielämän tilanteissa ja monet olivat joutuneet rasistisen rikoksen uhriksi.

Tekijät ja työn nimi	Tarkoitus, tehtävät, ongelmat	Menetelmät	Keskeiset tulokset
<p>Liebkind, Mannila, Jasinska-ja,-Lahti, Jaakkola, Kyntäjä, Reuter (2004)</p> <p>Venäläinen, virolainen, suomalainen - Kolmen maahanmuuttajaryhmän kotoutumisen Suomeen</p>	<p>Kirja esittelee venäläisten, virolaisten ja etniseltä taustaltaan suomalais-ten maahanmuuttajien elämää, kotoutumista ja siihen vaikuttavia tekijöitä Suomessa.</p>	<p>Tilastollisen aineiston analyysi ja henkilökohtaiset haastattelut</p>	<p>Kielitaidon merkitys äärettömän tärkeää sekä koulutuksessa että työmarkkinoilla.</p> <p>Valtaväestön asenteet voivat vaikeuttaa kielitaidon oppimista</p>
<p>Sohlman (2004)</p> <p>Funktionaalisen mielenterveyden malli positiivisen mielenterveyden kuvaajana. Väitöskirja, Stakes tutkimuksia 137</p>	<p>Tutkimus, johon kirja perustuu, käsittelee funktionaalisen mallin soveltuvuutta positiivisen mielenterveyden kuvaamiseen empiirisessä aineistossa</p>	<p>Kyselylomake-tutkimus ja analyysi käyttäen ristintaulukointia, non-parametrisiä testejä sekä logistista että polykotomista regressioanalyysiä</p>	<p>Funktionaalinen mielenterveyden malli on toimiva viitekehys mielenterveyden tutkimukselle, mutta se vaatii edelleen kehittämistä. Malli muodostuu kuudesta osatekijästä, jotka ovat mielenterveys, kulttuuri, altistavat tekijät, laukaisevat tekijät, sosiaalinen konteksti ja seuraukset.</p> <p>Mielenterveyden prosessi näkyy jatkuvasti jokapäiväisissä kokemuksissamme ja vuorovaikutuksessamme toisten ihmisten, ympäristön sekä koko yhteiskunnan ja kulttuurin kanssa.</p>
<p>Pitkänen (2006)</p> <p>Etninen ja kulttuurinen monimuotoisuus viranomaistyössä</p>	<p>Kirjassa tarkastellaan eri viranomaisten kokemuksia monietnisestä työstä ja kuvataan eri hallinnonalojen suhtautumista etnisen ja monimuotoisuuden lisääntymiseen Suomessa.</p>	<p>Valtakunnallinen postikysely (n=3220)</p>	<p>Valtaosa viranomaisista piti Suomen nykyisiä maahanmuuttopoliittisia linjauksia pääosin hyvinä.</p> <p>Myönteisimmin suhtauduttiin länsimaista tulevaan työperäiseen maahanmuuttoon. Kielteisimmin suhtauduttiin Afrikasta, Lähi-idästä ja Venäjältä saapuviin maahanmuuttajiin.</p>

LIITE 7: 3(3)

Tekijät ja työn nimi	Tarkoitus, tehtävät, ongelmat	Menetelmät	Keskeiset tulokset
Sainola-Rodriguez (2009) Transnationaalinen osaaminen - Uusi terveydenhuoltohenkilöstön osaamisvaatimus. Väitöskirja, Kuopion Yliopisto	Väitöskirjassa kuvataan maahanmuuttajien ja terveydenhuoltohenkilöstön kohtaamisissa tarvittavaa osaamista transnationaalisen osaamisen näkökulmasta.	Haastattelut (n=147) ja potilasasiakirjojen analyysi (n=21)	<p>Turvapaikanhakijat ilmaisivat enemmän mielenterveysongelmia kuin muut maahanmuuttajat.</p> <p>Perusterveydenhuollon lääkärit eivät aina tunnistanee potilaidensa masennusta tai havainneet masennuksen taustalla Suomessa koettujen asioiden merkitystä.</p> <p>Terveydenhuoltohenkilöstö yliarvioi potilaidensa hoitotyytyväisyyttä ja tulevaisuuden hoitoluottamusta ja aliarvioi maahanmuuttajien sitoutumista lääkehoitoon. Henkilöstö ei tiennyt maahanmuuttajien käyttämistä oman kulttuurin hoitotavoista suomalaisten hoitotapojen rinnalla.</p>